

BHAGAVAD GITA

**Il Dharma globale
per il Terzo Millennio**

versione ridotta

Traduzione di Parama Karuna Devi

pubblicato da
Jagannatha Vallabha Vedic Research Center

Copyright © 2016 Parama Karuna Devi
Tutti i diritti riservati

ISBN-13: 978-1533513793
ISBN-10: 1533513791

telefono: +91 94373 00906
E-mail: paramakaruna@aol.in
Website: www.jagannathavallabha.com

© 2011 PAVAN
Indirizzo per corrispondenza:
PAVAN House
Siddha Mahavira patana,
Puri 752002 Orissa

Prefazione

Questa edizione ridotta della *Bhagavad gita* contiene soltanto i versi e le traduzioni, senza commenti o spiegazioni. Si tratta di un strumento di studio, consultazione e meditazione che abbiamo trovato molto utile nella nostra pratica personale.

Abbiamo scelto inoltre di sostituire il testo sanscrito in devanagari e i segni diacritici con la translitterazione in normali caratteri latini, per facilitare la ricerca delle parole attraverso i software più diffusi, come per esempio Adobe Reader, che non riconoscono i caratteri *devanagari* e non possono leggere le parole inserite nel testo come immagini, come si trovano nella nostra edizione completa con i commenti.

Uno studio sincero della conoscenza vedica deve seguire il metodo prescritto tradizionale, che consiste nel leggere ogni testo almeno 3 volte per assorbire adeguatamente i suoi significati.

La prima lettura è generalmente limitata ai soli versi, per poter seguire il filo logico della conversazione e collegare ogni verso a quelli precedenti e successivi nel contesto. Inoltre, questa veloce lettura aiuta a farsi un'idea generale del contenuto della *Bhagavad gita*, e anche a capire quello che invece nella *Bhagavad gita* non c'è. La seconda lettura comprende commenti e spiegazioni, che analizzano i vari livelli di significato in ciascun verso, e li mettono a confronto con altre fonti e varie interpretazioni. Questa fase può estendersi anche per un periodo di tempo più lungo, a seconda dell'ispirazione e della necessità di ciascun individuo, e se possibile sotto la guida di un insegnante realizzato che aiuterà a chiarire dubbi ed equivoci. Quando l'intero contenuto del testo è stato assimilato e tutti i dubbi sono stati superati, possiamo considerare completato questo secondo stadio. La terza lettura ha lo scopo di ripassare il contenuto originario, imparare i versi a memoria per poterli citare adeguatamente nelle occasioni appropriate, e praticare una meditazione regolare sui versi come *sadhana* spirituale e religiosa.

La presente edizione ridotta è particolarmente utile agli studenti nella fase iniziale e anche nella fase avanzata, mentre per la fase intermedia consigliamo la nostra edizione completa con *devanagari* e commenti, disponibile sia in un volume unico sia in una serie di volumetti - uno per ciascun capitolo, più alcuni altri volumi di Appendici per facilitare gli studenti a colmare eventuali lacune di conoscenza generale.

Il nostro Jagannatha Vallabha Vedic Research Center è un'organizzazione senza scopo di lucro e non settaria. Non dipendiamo da alcun gruppo ideologico o politico e siamo aperti alla libera esplorazione della conoscenza e della verità.

Vi preghiamo di contattarci se avete domande e/ o suggerimenti.

Capitolo 1: Arjuna visada yoga Lo yoga del dolore di Arjuna

1.1

dhritarastra uvaca
dharma ksetre kuru ksetre samaveta yuyutsavah
mamakah pandavas caiva kim akurvata sanjaya

dhritarastra: Dhritarastra; *uvaca*: disse; *dharma-ksetre*: sul luogo/ campo del *dharma*; *kuru-ksetre*: sul luogo/ campo di Kuru (Kuruksheetra); *samaveta*: riuniti; *yuyutsavah*: desiderosi di combattere; *mamakah*: i miei; *pandavah*: i Pandava /i (figli) di Pandu; *ca*: e; *eva*: certamente; *kim*: che cosa; *akurvata*: fecero; *sanjaya*: o Sanjaya.

"O Sanjaya, che cosa hanno fatto i miei figli e i figli di Pandu/i miei (sostenitori) e la gente/i sostenitori di Pandu, dopo essersi riuniti nel sacro luogo del Dharma, il campo di battaglia di Kuruksheetra, pronti a combattere?"

1.2

sanjaya uvaca
dristva tu pandavanikam vyudham duryodhanas tada
acaryam upasangamya raja vacanam abravat

sanjayab: Sanjaya; *uvaca*: disse; *dristva*: vedendo; *tu*: ma; *pandavanikam*: dei Pandava; *vyudham*: la formazione di battaglia; *duryodhanah*: Duryodhana; *tada*: allora; *acaryam*: il maestro; *upasangamya*: avvicinando; *raja*: il re; *vacanam*: discorso; *abravit*: pronunciò.

Sanjaya disse: Dopo aver osservato l'esercito dei Pandava disposto a schieramento strategico per la battaglia, il re (Duryodhana) avvicinò l'acharya (Drona, il maestro di arti militari) e gli fece questo discorso.

1.3

*pasyaitam pandu putranam acarya mahatim chamum
vyudham drupada putrena tava sisyena dbimata*

pasya: guarda; *etam*: questo; *pandu-putranam*: dei figli di Pandu; *acharya*: o maestro; *mahatim*: grande; *chamum*: esercito; *vyudham*: schieramento strategico; *drupada-putrena*: dal figlio di Drupada; *tava*: tuo; *sisyena*: (dal discepolo); *dbimata*: intelligente/ saggio.

"O acharya, osserva lo schieramento strategico del grande esercito dei figli di Pandu, organizzato dal tuo intelligente e riflessivo discepolo, il figlio di Drupada.

1.4

*atra sura mabeshvasa bhimarjuna sama yudhi
yuyudhanah viratah ca drupadah ca maha rathah*

atra: là; *sura*: eroi; *maha isv asa*: grandi arcieri; *bhima arjuna sama*: pari a Bhima e Arjuna; *yudhi*: in combattimento; *yuyudhanah*: Yuyudhana; *viratah*: Virata; *ca*: anche; *drupadah*: Draupada; *ca*: e; *maha-rathah*: il grande guerriero Maharatha.

"Ci sono grandi guerrieri (maha-ratha) che sono arcieri straordinari, in battaglia pari a Bhima e Arjuna, come Yuyudhana, Virata, e Draupada.

1.5

*dhristaketuḥ cekītanah kasirajāḥ ca vīryavan
purujit kuntibhojāḥ ca saibyāḥ ca nara-pungavaḥ*

dhristaketuḥ: Dhristaketu; *cekītanah*: Chekitana; *kasirajāḥ*: il re di Kashi; *ca*: e; *vīryavan*: grandi eroi; *purujit*: Purujit; *kuntibhojāḥ*: Kuntibhoja; *ca*: e; *saibyāḥ*: il re di Sibi; *ca*: e; *nara-pungavaḥ*: grandi condottieri

"Ci sono anche altri grandi eroi e condottieri di uomini, quali Dhristaketu, Chekitana, il re di Kashi, Purujit, Kuntibhoja e il re di Sibi."

1.6

*yudhamanyuḥ ca vīkṛanta uttamañjāḥ ca vīryavan
saubhadro draupadeyaḥ ca sarva eva maha-rathāḥ*

yudhamanyuḥ: Yudhamanyu; *ca*: e; *vīkṛantaḥ*: potente; *uttamañjāḥ*: Uttamañja; *ca*: e; *vīryavan*: eroico; *saubhadraḥ*: il figlio di Subhadra; *draupadeyaḥ*: i figli di Draupadi; *ca*: e; *sarva*: tutti; *eva*: *maha-rathāḥ*: grandi guerrieri sul carro.

"Ci sono anche il potente Yudhamanyu, l'eroico Uttamañja, il figlio di Subhadra e i figli di Draupadi. Tutti questi sono grandi guerrieri maharatha."

1.7

*asmakam tu viśiṣṭā ye tan nibodha dvijottama
nayaka mama sāinyasya samñjānartham tan bravimi te*

asmakam: nostro; *tu*: ma; *viśiṣṭā*: vari; *ye*: quelli; *tan*: loro; *nibodha*: (ti prego) sappi; *dvijottama*: o nobile tra i nati-due-volte; *nayakāḥ*: capitani; *mama*: mio; *sāinyasya*: dell'esercito; *samñjānartham*: per comprendere; *tan*: loro; *bravimi*: io spiego; *te*: a te.

"O illustre nato-due-volte, ora ti dirò dei vari grandi generali che guidano i guerrieri del nostro esercito."

1.8

*bhavan bhismas ca karnas ca kripas ca samitinjayah
asvatthama vikarnas ca saumadattis tathaiva ca*

bhavan: tua grazia; *bhismab*: Bhishma; *ca*: e; *karnab*: Karna; *ca*: e; *kripah*: Kripa; *ca*: e; *samitinjayah*: (guerrieri) mai sconfitti; *asvatthama*: Asvatthama; *vikarnab*: Vikarna; *ca*: e; *saumadattib*: il figlio di Somadatta; *tatha*: anche; *eva*: certamente; *ca*: e.

"Oltre a tua grazia ci sono Bhishma, Karna e Kripa, che non sono stati mai sconfitti in alcuna battaglia, e certamente anche Asvatthama, Vikarna e il figlio di Somadatta."

1.9

*anye ca bahavah sura mad arthe tyakta jivitah
nana sastra prabaranah sarve yuddha visaradah*

anye: altri; *ca*: e; *bhavah*: molti; *surah*: eroi; *mat*: me; *arthe*: per (il guadagno); *tyakta*: avendo lasciato; *jivitah*: vita; *nana*: varie; *sastra*: armi; *prabaranah*: equipaggiati; *sarve*: tutti; *yuddha*: in battaglia; *visaradah*: esperti.

"Ci sono anche molti altri eroi, pronti a sacrificare la loro vita per me. Sono equipaggiati con varie armi e sono tutti esperti in combattimento."

1.10

*aparyaptam tad asmakam balam bhismabhiraksitam
paryaptam tv idam etesam balam bhimabhiraksitam*

aparyaptam: smisurate/ non perfettamente qualificate; *tad*: quelle; *asmakam*: nostre; *balam*: forze (militari); *bhisma*: da Bhishma; *abhiraksitam*: ben protette; *paryaptam*: limitate/ competenti; *tu*: ma; *idam*: queste; *etesam*: di questi; *balam*: forze (militari); *bhima*: da Bhima; *abhiraksitam*: ben protette.

"Le nostre forze sono immensamente numerose e perfettamente protette da Bhishma, mentre l'esercito di questi altri (i Pandava) sono limitate e ben protette da Bhima."

1.11

*ayanesu ca sarvesu yatha bbagam avasthitah
bhismam evabhiraksantu bhavantah sarva eva hi*

ayanesu: nelle varie posizioni strategiche; *ca*: e *sarvesu*: tutti; *yatha-bbagam*: come sono state assegnate; *avasthitah*: piazzati; *bhismam*: Bhishma; *evabhiraksantu*: dovrete proteggere; *bhavantah*: voi (signori); *sarva*: tutti; *eva*: certamente; *hi*: però.

"Ora tutti voi, dalle vostre rispettive posizioni strategiche, dovrete certamente proteggere e sostenere Bhishma da ogni lato."

1.12

*tasya sanjayanam harsam kuru vriddhab pitamahab
simha nadam vinadyoccaih sankham dadhmau pratapavan*

tasya: sua; *sanjayanam*: accrescendo; *harsam*: l'emozione; *kuru*: dei Kuru; *vriddhab*: l'anziano; *pitamahab*: nonno; *simha*: leone (simile a); *nadam*: suono; *vinadya*: vibrando; *uccaiih*: fortemente; *sankham*: la conchiglia; *dadhmau*: soffiò; *pratapavan*: il potente.

"L'anziano dei Kuru, valoroso/ potente (Bhishma), soffiò nella sua conchiglia, che vibrò forte come il ruggito di un leone, rallegrando Duryodhana."

1.13

*tathah sankhas ca bheryas ca panavanaka gomukhab
sabasaivabhyabanyanta sa sabdas tumulo bhavat*

tathah: allora; *sankhas*: conchiglie; *ca*: e; *bheryas*: grandi tamburi; *ca*: e; *panava*: tamburi più piccoli; *anaka*: tamburi ancora più piccoli; *go-mukhab*: grosse trombe; *sabasa*: insieme; *eva*: certamente; *abhyabanyanta*: vennero suonate; *sab*: quello; *sabdah*: suono; *tumulab*: tumultuoso; *abhavat*: divenne.

"Allora ci fu un grande tumulto, creato dal suono simultaneo di conchiglie, tamburi grandi e piccoli, e trombe da guerra."

1.14

*tatab svetair hayair yukte mahati syandane sbitau
madhavah pandavas caiva divyau sankhau pradadmatub*

tatab: allora; *svetaib:* bianchi; *hayaih:* cavalli; *yukte:* aggiogati; *mahati:* grande; *syandane:* carro; *sbitau:* situati; *madhavah:* Krishna; *pandavah:* Arjuna; *ca:* e; *eva:* certamente; *divyau:* divine; *sankhau:* conchiglie; *pradadmatub:* suonarono.

"In quel momento Madhava (Krishna, lo sposo della Dea Madre) e Pandava (Arjuna, il figlio di Pandu) suonarono anch'essi le loro divine conchiglie, dal loro grande carro tirato da cavalli bianchi."

1.15

*pancajanyaam hrishikeso devadattam dhananjayah
paundram dadhmau maha sankham bhima karma vrikodarab*

pancajanyaam: Panchajanya; *hrisikesab:* Hrisikesha; *devadattam:* Devadatta; *dhananjayah:* Dhananjaya; *paundram:* Paundra; *dadhmau:* soffiò; *maha:* grande; *sankham:* conchiglia; *bhima:* feroci; *karma:* gesta; *vrika:* lupo; *udarah:* ventre.

"Hrisikesha (Krishna) soffiò nella (sua conchiglia) Panchajanya, Dhananjaya (Arjuna) (soffiò nella sua conchiglia) Devadatta, e (l'eroe) ventre-di-lupo (Bhimasena) dalle feroci gesta (soffiò) nella enorme conchiglia Paundra."

1.16

*anantavijayam raja kunti putro yudhisthirab
nakulab sabadevas ca sughosa manipushpakau*

ananta: infinite; *vijayam:* vittorie; *rajab:* il re; *kunti:* di Kunti; *putrab:* figlio; *yudhisthirab:* Yudhisthira; *nakulab:* Nakula; *sabadevab:* Sahadeva; *ca:* e; *su:* buono; *ghosha:* suono; *mani:* gioiello; *pushpakau:* che fiorisce.

"Il re Yudhisthira, il figlio di Kunti, (suonò la sua conchiglia) Anantavijaya, e Nakula e Sahadeva (suonarono le loro conchiglie) Sughoshha e Manipushpaka."

1.17

*kasyas ca paramesvasab sikhandi ca maha rathab
dhristadyumno viratas ca satyakis caparajitab*

kasyab: (re) di Kashi; *ca:* e; *parama:* grande; *isu asab:* arciere; *sikhandi:* Sikhandi; *ca:* e; *maha:* grande; *rathab:* carro; *dhrista-dyumnab:* Dhristadyumna; *viratab:* Virata; *ca:* e; *satyakib:* Satyaki; *ca:* e; *apara:* da nessun altro; *jitab:* sconfitto.

"Il grande arciere il re di Kashi, Maharatha Sikhandi, Dhristadyumna, Virata e Satyaki che non fu mai sconfitto in battaglia,

1.18

*drupado draupadeyas ca sarvasab prithivi pate
saubhadras ca maha babub sankhan dadbmuh prithak prithak*

drupadah: Drupada; *draupadeyah:* i figli di Draupadi; *ca:* e; *sarvasab:* tutti; *prithivi:* della terra; *pate:* o protettore; *saubhadrah:* il figlio di Subhadra; *ca:* e; *maha:* grandi; *babub:* braccia; *sankhan:* conchiglie; *dadbmuh:* soffiarono; *prithak:* separatamente; *prithak:* separatamente.

"Drupada e i figli di Draupadi, e il figlio di Subhadra, dalle forti braccia - tutti questi (guerrieri), o signore della Terra, soffiarono nelle loro conchiglie."

1.19

*sa ghoso dbartarashtanam hridayani vyadarayat
nabhas ca prithivim caiva tumulo 'bhyannadayan*

sab: quel; *ghosab:* suono; *dbartarastranam:* dei (figli/ sostenitori/ alleati) di Dhritarastra; *hridayani:* i cuori; *vyadarayat:* fece tremare; *nabhab:* il cielo; *ca:* e; *prithivim:* la terra; *ca:* e; *eva:* certamente; *tumulab:* tumultuoso; *abhyannadayan:* risuonò.

"Quella vibrazione tumultuosa fece tremare il cuore dei sostenitori di Dhritarastra, riecheggiando nel cielo e sulla terra."

1.20

*atha vyavasthitan drishtva dhartarastran kapi dbvajab
pravritte sastra sampate dhanur udyamya pandavab*

atha: allora; *vyavasthitan*: posizionato; *drishtva*: vedendo; *dhartarastran*: i (sostenitori) di Dhritarastra; *kapi*: la scimmia; *dbvajab*: la bandiera; *pravritte*: preparando; *sastra*: armi; *sampate*: a lanciare; *dhanub*: l'arco; *udyamya*: sollevando; *pandavab*: il figlio di Pandu.

"O re, posizionato sul suo carro che porta l'effigie di Hanuman, il figlio di Pandu (Arjuna) vide i figli e i sostenitori di Dhritarastra. Preparò le armi per la battaglia e raccolse l'arco, poi disse queste parole a Hrishikesha (Krishna)."

1.21

*hrisikesam tada vakyam idam aba mabi pate
arjuna uvaca
senayor ubhayor madhye ratham sthapaya me 'cyuta*

hrisikesam: a Hrishikesha; *tada*: allora; *vakyam*: discorso; *idam*: questo; *aba*: disse; *mabi*: della Terra; *pate*: o Signore; *arjunab*: Arjuna; *uvaca*: disse; *senayob*: gli eserciti; *ubhayob*: i due; *madhye*: nel mezzo; *ratham*: carro; *sthapaya*: posiziona; *me*: per me; *acyuta*: Acyuta.

o re, allora rivolse queste parole a Hrishikesha (Krishna).

Arjuna disse: "O Acyuta (Krishna), porta il mio carro (nel mezzo del campo di battaglia) tra i due eserciti,

1.22

*yavad etan nirikse 'ham yoddhu kaman avasthitan
kair maya saba yoddhavyam asmin rana samyudame*

yavad: finché; *etan*: questi; *nirikse*: guarderò; *aham*: io; *yoddhu*: di combattere; *kaman*: desiderosi; *avasthitan*: riuniti/ schierati; *kair*: con quali; *maya*: me; *saba*: con; *yoddhavyam*: io dovrò combattere; *asmin*: in questa; *rana*: battaglia; *samyudame*: in duello.

in modo che io possa vedere coloro che si sono schierati qui desiderando la guerra, le persone contro le quali dovrò misurarmi in questa battaglia."

1.23

*yotsyamanan avekse 'ham ya ete 'tra samagatab
dbartarastrasya durbuddher yuddhe priya cikirsavah*

yotsyamanan: coloro che combatteranno; *avekse*: vedo; *aham*: io; *ye*: loro; *ete*: questi; *atra*: qui; *samagatab*: riuniti; *dbartarastrasya*: di Dhritarastra; *durbuddheb*: dalla mente malvagia; *yuddhe*: in battaglia; *priya*: affetto/ compiacimento; *cikirsavah*: coloro che desiderano.

"Vedo che coloro che si sono riuniti qui sono decisi a partecipare a questa guerra, e combatteranno per compiacere il malvagio (figlio) di Dhritarastra."

1.24

*sanjaya uvaca
evam ukto hrishikeso gudakesena bharata
senayor ubhayor madhye sthapayitva rathottamam*

sanjayab: Sanjaya; *uvaca*: disse; *evam*: così; *uktab*: detto; *hrisikesab*: Hrishikesha; *gudakesena*: da Gudakesa; *bharata*: o discendente di Bharata; *senayob*: gli eserciti; *ubhayob*: i due; *madhye*: nel mezzo; *sthapayitva*: posizionando; *ratha*: carro; *uttamam*: eccellente.

Sanjaya disse: "O discendente di Bharata, sentendo queste parole di Gudakesha (Arjuna), Hrishikesha (Krishna) portò il bellissimo carro in mezzo ai due eserciti."

1.25

*bhishma drona pramukhatab sarvesam ca mahi ksitam
uvaca partha pasyaitan samavetan kurun iti*

bhishmab: Bhishma; *dronab*: Drona; *pramukhatab* di fronte a; *sarvesam*: tutti; *ca*: e; *mahi*: della Terra; *ksitam*: condottieri; *uvaca*: disse; *partha*: o figlio di Pritha (Arjuna); *pasya etan*: osservali; *samavetan*: riuniti; *kurun*: i Kuru; *iti*: così.

Di fronte a Bhishma, Drona e a tutti i condottieri della Terra, disse, "O figlio di Pritha (Arjuna), guarda tutti i Kuru riuniti qui".

1.26

*tatrapasyat sthitan parthab pitrin atha pitamaban
acaryan matulan bbratrin putran pautran sakbhims tatha*

tatra: là; *apasyat:* vide; *sthitan:* in piedi; *parthab:* il figlio di Pritha (Arjuna); *pitrin:* padri; *atha:* e anche; *pitamaban:* nonni; *acaryan:* maestri; *matulan:* zii materni; *bbratrin:* fratelli; *putran:* figli; *pautran:* nipoti; *sakbh:* amici; *tatha:* anche.

Il figlio di Pritha (Arjuna), vide là in piedi (sul campo di battaglia) padri, nonni, insegnanti, zii, fratelli, figli, nipoti, amici,

1.27

*svasuran subridas caiva senayor ubhayor api
tan samiksya sa kaunteyah sarvan bandhun avasthitan*

svasuran: suoceri; *subridas:* amici benevoli; *ca:* e; *eva:* certamente; *senayoh:* gli eserciti; *ubhayoh:* i due; *api:* anche; *tan:* loro; *samiksya:* vedendo; *sab:* lui; *kaunteyah:* il figlio di Kunti (Arjuna); *sarvan:* tutti; *bandhun:* legati tra loro; *avasthitan:* posizionati.

suoceri e amici benevoli (gli uni di fronte agli altri) nei due eserciti. Il figlio di Kunti (Arjuna) vide tutte quelle persone, che erano legate tra loro da vincoli d'affetto, schierati (per la battaglia),

1.28

*kripaya parayavisto visidann idam abravat
arjuna uvaca
dristvemam sva janam krisna yuyutsum samupasthitam*

kripaya: dalla compassione; *para:* suprema/ trascendentale; *ayavishtab:* pervaso; *visidan:* tristezza; *idam:* questo; *abranit:* disse; *arjunah:* Arjuna; *uvaca:*

disse; *dristva*: vedendo; *imam*: questi; *sva*: propri (cari); *janam*: persone; *krishna*: o Krishna; *yuyutsun*: desiderosi di combattere; *samupasthitam*: presenti.

fu pervaso da una grande compassione, e disse queste tristi parole. Arjuna disse: "O Krishna, dopo aver visto tutte queste persone legate tra loro da vincoli di affetto riunite qui per combattere uno contro l'altro (in questa guerra fratricida),"

1.29

*sidanti mama gastrani mukham ca parisusyati
vepathus ca sarire me roma barsas ca jayate*

sidanti: vengono meno; *mama*: mie; *gastrani*: membra; *mukham*: bocca; *ca*: e; *parisushyati*: completamente secca; *vepathuh*: tremiti; *ca*: e; *sarire*: corpo; *me*: mio; *roma barsab*: i peli ritti; *ca*: e; *jayate*: diventa.

"Sento le mie membra perdere forza e la mia bocca seccarsi. Il mio corpo trema e i peli si rizzano."

1.30

*gandivam sramsate hastat tvak caiva paridabyate
na ca sakenomy avasthatum bbramativa ca me manab*

gandivam: Gandiva (l'arco); *sramsate*: scivola; *hastat*: dalla mano; *tvak*: la pelle; *ca*: e; *eva*: certamente; *paridabyate*: brucia; *na*: non; *ca*: e; *sakenomi*: sono capace; *avasthatum*: di restare; *bbramati*: è confusa; *eva*: certamente; *ca*: e; *me*: la mia; *manab*: mente.

"(il mio arco) Gandiva mi scivola di mano e (sento) la mia pelle (che) brucia. Non posso più rimanere fermo, e la mia mente è confusa."

1.31

*nimitani ca pasyami viparitani kesava
na ca sreyo 'nupasyami hatva sva janam abave*

nimittani: causa di sofferenza/ strumento; *ca*: e; *pasyami*: vedo; *viparitani*: opposti; *kesava*: O Keshava; *na*: non; *ca*: e; *sreyab*: buoni risultati; *anupasyami*: vedo; *batva*: uccidendo; *sva janam*: i propri (familiari e amici); *abave*: in battaglia.

"O Keshava (Krishna), vedo (grande) causa di sofferenze di fronte (a noi) / semplici strumenti rivolti l'uno contro l'altro. Non prevedo nulla di buono dall'atto di uccidere i propri (amici e parenti) in battaglia."

1.32

*na kankse vijayam krisna na ca rajyam sukhani ca
kim no rajyena govinda kim bhogair jivitena va*

na: non; *kankse*: desidero; *vijayam*: vittoria; *krisna*: o Krishna; *na*: non; *ca*: e; *rajyam*: il regno; *sukhani*: le gioie; *ca*: e; *kim*: che cosa; *no*: per noi; *rajyena*: con un regno; *govinda*: o Govinda; *kim*: che cosa; *bhogair*: con i piaceri; *jivitena*: con la vita; *va*: persino.

"O Krishna, non desidero la vittoria, né le gioie di/ o un regno. O Govinda (Krishna), a che ci varrà un regno, a che ci varranno i piaceri della vita o la vita stessa,

1.33

*yesam arthe kanksitam no rajyam bhogab sukhani ca
ta ime 'vasthita yuddhe pranams tyaktva dhanani ca*

yesam: per loro; *arthe*: per il bene; *kanksitam*: desiderato; *nab*: da noi; *rajyam*: il regno; *bhogab*: il piacere; *sukhani*: le gioie; *ca*: e; *te*: loro; *ime*: questi; *avasthita*: situati; *yuddhe*: in battaglia; *pranam*: la vita; *tyaktva*: lasciando; *dhanani*: le ricchezze; *ca*: e.

quando coloro per il cui bene desideriamo (cose buone come) un regno, dei piaceri e delle gioie, tutti questi (cari) che sono schierati qui sono pronti a sacrificare la propria vita e i propri beni - i maestri, i padri, i figli, e i nonni,

15

1.34

*acaryah pitarah putras tathaiva ca pitamahab
matulah svasurah pautrah syalah sambandbinas tatha*

acaryah: maestri; *pitarah*: padri; *putrah*: figli; *tatha*: anche; *eva*: certamente; *ca*: e; *pitamahab*: nonni; *matulah*: zii materni; *svasurah*: suoceri; *pautrah*: nipoti; *syalah*: cognati; *sambandbinah*: legati tra loro (dall'affetto); *tatha*: anche.

maestri, padri, figli, e anche nonni, zii, suoceri, nipoti, cognati, parenti e amici legati tra loro da relazioni d'affetto."

1.35

*etan na hantum icchami ghnato 'pi madhusudana
api trailokya rajyasya hetob kim nu mabi krite*

etan: questi; *na*: non; *hantum*: uccidere; *icchami*: io desidero; *ghnatah*: essere uccisi; *api*: nemmeno; *madhusudana*: o uccisore di Madhu; *api*: persino; *trailokya*: i tre mondi *rajasya*: del regno; *hetob*: causa; *kim nu*: che cosa (dire di); *mabi krite*: per la terra.

"O Madhusudana (Krishna), per queste persone non desidero (la disgrazia) di uccidere o di essere uccisi, nemmeno per la corona del regno dei tre mondi - che dire di questo pianeta soltanto."

1.36

*nihatya dhartarastran nah ka pritib syaj janardana
papam evasrayed asman hatvaitan atatayinah*

nihatya: uccidendo; *dhartarastran*: i (sostenitori di) Dhritarastra; *nah*: nostro; *ka*: quale; *pritib*: beneficio/ piacere; *syaj*: (ci) sarà; *janardana*: o Janardana; *papam*: peccato; *eva*: certamente; *asrayet*; verrà; *asman*: noi; *hatva*: uccidendo; *etan*: questi; *atatayinah*: aggressori.

"O Janardana (Krishna), l'uccisione dei figli di Dhritarastra non può darci alcun beneficio/ piacere/ se i figli di Dhritarastra vengono uccisi, niente al mondo potrà più darci piacere. Saremo macchiati dal

peccato se permettiamo l'uccisione di questi (benché siano) aggressori,

1.37

*tasman narha vayam hantum dbartarastran sa bandhavan
sva janam hi katham batva sukbinah syama madhava*

tasmat: perciò; *na*: non; *arha*: si addice *vayam*: a noi; *hantum*: uccidere; *dbartarastran*: i (sostenitori) di Dhritarastra; *sa-bandhavan*: insieme con i loro cari (parenti); *sva-janam*: la propria gente; *hi*: certamente; *katham*: come; *batva*: uccidendo; *sukbinah*: felici; *syama*: saremo; *madhava*: o consorte della Madre.

perciò non è degno di noi (causare) l'uccisione dei sostenitori di Dhritarastra insieme ai loro cari (amici e parenti)/ che sono anche nostri cari. O Krishna, com'è possibile essere felici quando i nostri (amici e parenti) sono uccisi?"

1.38

*yady apy ete na pasyanti lobhobabata cetasah
kula kshaya kritam dosam mitra drohe ca patakam*

yadi: se; *apy*: persino; *ete*: questi; *na*: non; *pasyanti*: vedono; *lobha*: dall'avidità; *apabata*: rubata; *cetasah*: la coscienza; *kula*: famiglia; *kshaya*: distruggendo; *kritam*: azione; *dosham*: errore; *mitra*: amici; *drohe*: nel diventare ostili; *ca*: e; *patakam*: peccato.

"Anche se queste (persone) non riescono a vedere (che è sbagliato) perché hanno la mente confusa dall'avidità, è (comunque) un grave errore distruggere la propria famiglia, e rivoltarsi contro i propri amici è un'azione peccaminosa."

1.39

*katham na jneyam asmabhib papad asman nivartitum
kula kshaya kritam dosam prapasyadbhir janardana*

katham: come; *na*: non; *jneyam*: conoscendo; *asmabhib*: da noi; *papat*: dal (commettere questo) crimine; *asmat*: questi; *nivartitum*: fermare; *kula*: la famiglia; *ksaya*: distruzione; *kritam*: azione; *dosam*: azione sbagliata/colpevole; *prapasyadbhib*: da coloro che vedono; *janardana*: o Janardana.

"O Janardana (Krishna), come possiamo noi, che vediamo (le cose come stanno) non sapere come fermare queste (persone) (impedendo loro di commettere) il peccato della distruzione delle loro famiglie?"

1.40

*kula ksaye pranasyanti kula dharmah sanatanah
dharme naste kulam kritsnam adharmo 'bbibavaty uta*

kula: famiglia; *ksaye*: nella distruzione; *pranasyanti*: vengono distrutti; *kula*: della famiglia; *dharmah*: (la tradizione dei) principi religiosi; *sanatanah*: eterno; *dharme*: nel *dharma*; *naste*: nella distruzione; *kulam*: la famiglia; *kritsnam*: completa; *adharmo*: *adharma*; *abbibavati*: diventa; *uta*: è detto.

"Quando una famiglia è distrutta, (anche) i principi religiosi eterni della famiglia sono distrutti, e quando il *dharma* è distrutto l'intera tradizione familiare va perduta e si trasforma in *adharma*."

1.41

*adharmabbibhavat krisna pradusyanti kula striyah
strisu dustasu varsneya jayate varna sankarah*

adharma: *adharma*; *abbibhavat*: diventa; *krisna*: o Krishna; *pradusyanti*: diventano compromesse; *kula*: famiglia; *striyah*: le donne; *strisu*: nelle donne; *dustasu*: cattive; *varsneya*: o discendente di Vrishni; *jayate*: nasce; *varna*: *varna*; *sankarah*: confusa.

"O Krishna, quando l'*adharma* diventa predominante, le donne della famiglia vengono compromesse, e quando le donne si degradano, o discendente di Vrishni (Krishna), nascono figlie che sono privi di qualità."

1.42

*sankaro narakayaiva kula ghananam kulasya ca
patanti pitaro hy esam lupto pindodaka kriyah*

sankarah: confusi (discendenti); *narakaya*: infernale; *eva*: certamente; *kula*: famiglia; *ghananam*: gli uccisori; *kulasya*: della famiglia; *ca*: e; *patanti*: cadono; *pitarah*: gli antenati; *hi*: certamente; *esam*: da loro; *luptah*: abbandonati; *pinda*: offerta di cereali; *udaka*: acqua; *kriyah*: il dovere.

"Questi (discendenti) confusi creano una situazione infernale sia per la famiglia che per coloro che hanno distrutto la famiglia. Anche gli antenati soffrono, perché le offerte di cibo e acqua sono trascurate."

1.43

*dosair etaib kula ghananam varna sankara karakaib
utsadyante jati dharmah kula dharmas ca sasvatah*

doshaib: dalle cattive azioni; *etaib*: queste; *kula*: famiglia; *ghananam*: che uccide; *varna-sankara*: generazione di figli non qualificati; *karakaib*: coloro che fanno; *utsadyante*: sono devastati; *jati-dharmah*: il *dharma* di nascita; *kula-dharmas*: il *dharma* della famiglia; *ca*: e; *sasvatah*: eterno.

"Le azioni sbagliate di coloro che uccidono la famiglia creano una generazione di persone confuse/ non qualificate, e ciò devasta la continuità del *dharma* della famiglia, ereditato per nascita e per tradizione."

1.44

*utsanna kula dharmanam manusyanam janardana
narake niyatam vaso bhavati anu susruma*

utsanna: rovinati; *kula-dharmanam*: i valori etici della famiglia; *manusyanam*: degli esseri umani; *janardana*: o Janardana; *narake*: all'inferno; *niyatam*: sempre; *vasah*: risiedono; *bhavati*: diventa; *iti*: così; *anu*: sempre; *susruma*: abbiamo sentito dire.

"O Janardana (Krishna), abbiamo sempre sentito dire che gli uomini che causano la degradazione dei valori della famiglia finiscono per vivere sempre in una condizione infernale."

1.45

*abo bata mabat papam kartum vyavasita vayam
yad rajya sukha lobhena hantum sva janam udyatab*

abo: ahimé; *bata:* che strano; *mabat:* grande; *papam:* peccato; *kartum:* fare; *vyavasitab:* siamo determinati; *vayam:* noi; *yad:* per; *rajya:* il regno; *sukha:* felicità; *lobhena:* avidità; *hantum:* uccidere; *sva janam:* la propria gente; *udyatab:* cercando.

"Ahimé, che strano! Noi (stessi) stiamo per commettere (questo) grande peccato, cercando di uccidere i nostri (amici e parenti), a causa dell'avidità per la felicità del regno."

1.46

*yadi mam apratikaram asastram sastra panayah
dhartarastra rane banyus tan me ksemataram bhavet*

yadi: se; *mam:* me; *apratikaram:* senza opporre resistenza; *asastram:* disarmato; *sastra-panayah:* che brandiscono armi; *dhartarastra:* i (figli/ sostenitori) di Dhritarastra; *rane:* in battaglia; *banyus:* possono uccidere; *tan:* loro; *me:* me; *ksemataram:* meglio; *bhavet:* che sia.

"Sarebbe meglio per me (morire) disarmato e senza opporre resistenza, ucciso sul campo di battaglia dai (sostenitori/ figli) di Dhritarastra che brandiscono armi."

1.47

*sanjaya uvaca
evam ukrtvarjunah sankhye rathopastha upavisat
visrija sa saram capam soka samvigna manasah*

sanjayah: Sanjaya; *uvaca*: disse; *evam*: così; *ukta*: detto; *arjunah*: Arjuna; *sankhye*: sul campo di battaglia; *ratha*: il carro; *upastha*: il sedile; *upavisat*: si lasciò andare; *visrija*: abbandonando; *sa-saram*: con le frecce; *capam*: l'arco; *soka*: lamento; *samvigna*: sofferenza; *manasah*: mente.

Sanjaya disse: Dopo aver pronunciato queste parole, Arjuna ricadde sul sedile del suo carro sul campo di battaglia, abbandonando arco e frecce, con la mente sopraffatta dall'ansietà e dalla sofferenza.

Capitolo 2: Sankhya yoga Lo yoga dell'analisi e dell'enumerazione

2.1

sanjaya uvaca
tam tatha kripayavistam asru purnakuleksanam
visidantam idam vakyam uvaca madhusudanah

sanjayah: Sanjaya; *uvaca*: disse; *tam*: a lui ; *tatha*: allora; *kripaya*: dalla compassione; *avistam*: sopraffatto; *asru*: lacrime; *purna*: pieni; *akula*: flusso; *iksanam*: occhi; *visidantam*: depresso; *idam*: questo; *vakyam*: discorso; *uvaca*: disse; *madhu*: Madhu; *sudanah*: uccisore.

Sanjaya disse: Madhusudana (Krishna) così parlò a lui (Arjuna), che era sopraffatto dalla compassione, gli occhi pieni di lacrime e depresso.

2.2

sri bhagavan uvaca
kutas tva kasmalam idam visame samupasthitam
anarya justam asvaryam akirti karam arjuna

sri: divino; *bhagavan*: Signore; *uvaca*: disse; *kutah*: da dove; *tva*: tua; *kasmalam*: contaminazione; *idam*: questa; *visame*: in (questo momento) pericoloso;

samupasthitam: arrivata; *anarya*: incivile; *justam*: eseguito; *asvargyam*: non conduce a Svarga; *akirti*: infamia; *karam*: che fa; *arjuna*: o Arjuna.

Il Signore disse: “O Arjuna, da dove viene questa contaminazione che copre la tua coscienza in questo momento critico? E' indegna di un Arya: non porta ai mondi superiori ma è causa di infamia.”

2.3

*klaibyam ma sma gamah partha naitat tvayy upapadyate
ksudram bridaya daurbalyam tyaktvottistha parantapa*

klaibyam: impotenza; *ma*: non; *asma*: ci sia; *gamah*: preso; *partha*: o figlio di Pritha; *na*: non; *etat*: questo; *tvayi*: a te; *upapadyate*: è degna; *ksudram*: meschina; *bridaya*: del cuore; *daurbalyam*: debolezza; *tyakva*: lasciando; *uttistha*: alzati; *parantapa*: o tu che bruci il nemico.

“O figlio di Pritha (Arjuna), non lasciarti cadere in (questo stato di) impotenza, perché non ti si addice. Abbandona questa meschina debolezza di cuore e alzati, o Parantapa.”

2.4

*arjuna uvaca
katham bhismam abam sankhye dronam ca madhusudana
isubbibh pratiyotsyami pujarhav ari sudana*

arjunah: Arjuna; *uvaca*: disse; *katham*: come; *bhismam*: Bhishma; *abam*: io; *sankhye*: in battaglia; *dronam*: Drona; *ca*: e; *madhusudana*: o Madhusudana; *isubbibh*: con frecce; *pratiyotsyami*: contrattaccherò; *puja*: di adorazione; *arbau*: degni; *ari*: del nemico; *sudana*: uccisore.

Arjuna disse:

“O Madhusudana, o Arisudana, come (potrei) impegnarmi in battaglia contro Bhishma e Drona, lanciando frecce contro di loro, che sarebbero (piuttosto) degni della mia adorazione?”

2.5

*gurun abatva bi mabanubhavan sreya bhoktum bhaiksyam apiha loke
batvartha kamams tu gurun ibaiva bhunjiya bhogan rudhira pradigdhan*

gurun: gli insegnanti/ maestri; *abatva*: non uccidendo; *bi*: certamente; *maha*: grandi; *anubhavan*: personalità; *sreyah*: meglio; *bhoktum*: mangiare; *bhaiksyam*: mendicando; *api*: persino; *iba*: questo; *loke*: nel mondo; *batva*: uccidendo; *artha*: beneficio; *kaman*: desiderate (cose); *tu*: ma; *gurun*: maestri; *iba*: qui; *eva*: certamente; *bhunjiya*: da godere; *bhogan*: piaceri; *rudhira*: di sangue; *pradigdhan*: macchiati.

“Uccidere i nostri maestri, che sono personalità così grandi! Sarebbe meglio abbandonare ogni cosa e vivere umilmente da mendicante. Anche se sono assetati di sangue/ pronti ad uccidere per ottenere ciò che vogliono, sono sempre i miei insegnanti, e qualsiasi beneficio o piacere (proveniente) da questa (uccisione) sarà macchiato di sangue.”

2.6

*na caitad vidmah kataran no gariyo yad va jayema yadi va no jayeyuh
yan eva batva na jijivisamas te vasthitah pramukhe dhartarastrah*

na: non; *ca*: e; *etad*: questo; *vidmah*: sappiamo; *katarat*: che cosa; *nah*: per noi; *gariyah*: meglio; *yat va*: o piuttosto; *jayema*: dovremmo vincere; *yadi*: se; *va*: oppure; *nah*: noi; *jayeyuh*: vinceranno; *yan*: loro; *eva*: certamente; *batva*: uccidendo; *na*: non; *jivisamah*: desidereremo vivere; *te*: loro; *avasthitah*: situati; *pramukhe*: di fronte (a noi); *dhartarastrah*: i (sostenitori) di Dhritarastra.

“Non sappiamo cosa sia meglio, se vincerli o lasciare che vincano (contro di noi). Non dovremmo desiderare di vivere dopo aver ucciso questi seguaci di Dhritarastra, che sono qui in piedi di fronte a noi.”

2.7

*karpanya dosapahata svabhavah pricchami tvam dharma sammudha cetah
yac chreyah syan niscitam bruhi tan me sisyas te 'ham sadhi tvam prapannam*

karpanya: di meschinità; *dosha*: difetto; *upabata*: afflitto; *svabhava*: tendenza naturale; *pricchami*: chiedo; *tvam*: a te; *dharmā*: il *dharmā*; *sammudha*: confusa; *cetaḥ*: consapevolezza; *yat*: che; *sreyah*: (vero) bene; *syat*: che sia; *niscitam*: senza dubbio; *brubi*: parla; *tat*: quello; *me*: a me; *sisyah*: discepolo; *te*: a te; *aham*: io; *sadhi*: istruisci; *mam*: me; *tvam*: a te; *prapannam*: sottomesso.

“La mia natura è ora afflitta dalla debolezza. (Perciò) ti chiedo (di chiarire) la confusione della mia mente riguardo al *dharmā*, di dirmi al di là di ogni dubbio quale sia la cosa migliore da fare. Mi offro come tuo discepolo e prendo rifugio in te: istruiscimi.”

2.8

*na hi prapasyami mamaṇudyad yac chokam ucchosanam indriyanam
avapya bhūmāv asapatnam riddham rajyam suranam api cadhipatyam*

na: non; *hi*: certamente; *prapasyami*: posso vedere; *mama*: mia; *ṇudyat*: può far andar via; *yat*: quella; *śokam*: depressione; *ucchosanam*: che prosciuga; *indriyanam*: i sensi; *avapya*: ottenendo; *bhūmāv*: sulla terra; *asapatnam*: senza eguali; *riddham*: prospero; *rajyam*: regno; *suranam*: dei Deva; *api*: persino; *ca*: e; *adhipatyam*: controllo supremo.

“Non vedo come potrei dissipare questa tristezza che sta prosciugando i miei sensi, anche se ottenessi, su questa terra stessa, la posizione suprema di regnante indiscusso sopra i pianeti celesti.”

2.9

*sanjaya uvaca
evam ukṭva bṛisikesam gudakesaḥ parantapah
na yotsya iti govindam ukṭva tūsnim babhūva ha*

sanjaya uvaca: Sanjaya disse; *evam*: così; *ukṭva*: avendo detto; *bṛisikesam*: a Hrishikesha, "il signore dei sensi"; *gudakesaḥ*: Gudakesha, "il signore del sonno"; *parantapah*: Parantapa, "che brucia gli oppositori"; *na*: non; *yotsya*: combatterò; *iti*: così; *govindam*: Govinda, "che dà piacere ai sensi, alla terra e alle mucche"; *ukṭva*: avendo detto; *tūsnim*: silenzioso; *babhūva*: divenne; *ha*: certamente.

Sanjaya disse: “Dopo aver così parlato a Hrishikesha (Krishna), Gudakesha Parantapa (Arjuna) disse, “O Govinda, non mi impegnerò in battaglia”, e poi divenne silenzioso.

2.10

*tam uvaca hrishikesah prahasann iva bharata
senayor ubhayor madhye visidantam idam vacah*

tam: lui; *uvaca*: disse; *hrishikesah*: Hrishikesha; *prahasan*: sorridendo; *iva*: come; *bharata*: o discendente di Bharata; *senayob*: i due eserciti; *ubhayob*: entrambi; *madhye*: nel mezzo; *visidantam*: a (lui che è) depresso; *idam*: questo; *vacah*: discorso.

“O Bharata, Hrishikesha sorrise e così parlò a lui (Arjuna) che era depresso, mentre stavano nel mezzo dei due eserciti.”

2.11

*sri bhagavan uvaca
asocyan anvasocas tvam prajna vadams ca bhasase
gatasun agatasuns ca nanusocanti panditah*

sri: glorioso; *bhagavan*: Signore; *uvaca*: disse; *asocyan*: da non lamentare; *anvasocab*: tu lamenti; *tvam*: tu; *prajna*: sagge; *vadan*: parole; *ca*: e; *bhasase*: dici; *gatasun*: coloro che sono andati (via); *agatasun*: coloro che non sono andati (via); *ca*: e; *na*: non; *anusocanti*: lamentano; *panditah*: i dotti.

Il Signore glorioso disse: “Anche se parli saggiamente, ti lamenti per qualcosa che non dovrebbe essere causa di sofferenza. Coloro che conoscono davvero la verità non si rattristano né per i morti né per i vivi.”

2.12

*na tv evaham jatu nasam na tvam neme janadhipah
na caiva na bhavisyamah sarve vayam atah param*

na: non; *tu*: ma; *eva*: certamente; *aham*: io; *jatu*: mai; *na*: non; *asam*: esistevò; *na*: non/ nemmeno; *tvam*: tu; *na*: non; *ime*: questi; *jana*: di gente; *adhipah*: capi; *na*: non; *ca*: e; *eva*: certamente; *na*: non; *bhavisyamah*: saremo; *sarve*: tutti; *vayam*: noi; *atah*: ora; *param*: dopo.

“Certamente non c'è mai stato un tempo in cui io non sia esistito, e così anche tu e tutti questi capi di genti siete sempre esistiti. E nemmeno in futuro cesseremo di esistere.”

2.13

*dehino 'smin yatha debe kaumaram yauvanam jara
tatha debantara praptir dhiras tatra na muhyati*

dehinah: uno che ha un corpo (materiale); *asmin*: in questo (mondo); *yatha*: come; *debe*: nel corpo; *kaumaram*: infanzia; *yauvanam*: giovinezza; *jara*: vecchiaia; *tatha*: similmente; *deba*: del corpo; *antara*: la fine; *praptih*: raggiunta; *dhirah*: una persona sobria; *tatra*: là; *na*: non; *muhyati*: è confusa.

“L'anima incarnata che vive in questo corpo (passa da una forma all'altra) come dall'infanzia alla giovinezza alla vecchiaia, e similmente alla fine di questo corpo (trapassa). Una persona saggia non è confusa da questo (passaggio).”

2.14

*matra sparsas tu kaunteya sitosna sukha dukkha dah
agama payino 'nityas tams titiksasva bharata*

matra: strumento; *sparsah*: contatto; *tu*: ma; *kaunteya*: o figlio di Kunti (Arjuna); *sita*: inverno; *usna*: estate; *sukha*: gioia; *dukkha*: sofferenza; *dah*: che danno; *agama*: che arrivano; *apayinah*: che scompaiono; *anityah*: temporanei; *tan*: loro; *titiksasva*: dovresti tollerare; *bharata*: o discendente di Bharata (Arjuna).

“O figlio di Kunti, il contatto dei sensi (con gli oggetti dei sensi) causa gioia e sofferenza proprio come il (freddo in) inverno e il (caldo

in) estate. Queste sensazioni sono temporanee: vanno e vengono, o discendente di Bharata, e dovresti (semplicemente) cercare di tollerarle (senza essere confuso e distratto dal compimento del tuo dovere)."

2.15

*yam hi na vyathayanty ete purusam purusarsabha
sama dukkha sukham dhiram so 'mritavaya kalpate*

yam: uno che; *hi*: certamente; *na*: non; *vyathayanty*: causano disturbo; *ete*: questi; *purusam*: una persona; *purusharsabha*: o migliore tra le persone; *sama*: equanime; *dukkha*: sofferenza; *sukham*: gioia; *dhiram*: sobrio; *sab*: lui/lei; *amritavaya*: l'immortalità; *kalpate*: pensa.

“O migliore tra gli uomini, colui che non è distratto da tutte queste (sensazioni) ed è sempre ugualmente equilibrato nella sofferenza e nella gioia, è una persona sobria e può aspirare all'immortalità.”

2.16

*nasato vidyate bhavo nabhavo vidyate satab
ubhayor api drishbo 'ntas tv anayos tattva darsibhib*

na: non; *asatab*: di ciò che è *asat*; *vidyate*: è conosciuta; *bhavab*: esistenza; *na*: non; *abhavo*: non-esistenza; *vidyate*: è conosciuta; *satab*: di ciò che è *sat*; *ubhayob*: delle due; *api*: certamente; *dristab*: vista; *antab*: la conclusione; *tv*: ma; *anayob*: delle due; *tattva*: di *tattva* (la verità); *darsibhib*: coloro che vedono.

“Coloro che vedono la verità sanno che ciò che è illusorio/ temporaneo/ cattivo non (continuerà ad) esistere, mentre ciò che è reale/ eterno/ buono non sarà mai distrutto. Hanno osservato attentamente entrambe (queste posizioni) e hanno raggiunto questa conclusione.”

2.17

*avinasi tu tad viddhi yena sarvam idam tatam
vinasam anyayasyasya na kascit kartum arhati*

avinasi: che non può essere distrutto; *tu*: ma; *tat*: che; *viddhi*: sappi; *yena*: da lui; *sarvam*: tutto; *idam*: questo; *tatam*: pervaso; *vinasam*: distruzione; *avyayasyasya*: di ciò che è imperituro; *na*: non; *kascit*: alcuna; *kartum*: fare; *arhati*: può.

“Sappi che è uno (spirito) imperituro che pervade tutto questo (universo di corpi). E nessuno può distruggere ciò che è imperituro.”

2.18

antavanta ime deha nityasyoktab saririnah
anasino 'prameyasya tasmad yudhyasva bharata

antavanta: che avranno una fine; *ime*: tutti questi; *dehah*: corpi; *nityasya*: dell'eterno; *uktab*: è detto; *saririnah*: di colui che possiede i corpi; *anasinah*: che non sarà distrutto; *aprameyasya*: che non può essere misurato; *tasmat*: perciò; *yudhyasva*: impegnati in battaglia; *bharata*: o discendente di Bharata.

“Tutti questi corpi (materiali) sono destinati ad avere una fine, mentre colui che è in questi corpi è detto eterno, perché non può essere distrutto o misurato (materialmente). Perciò, o discendente di Bharata, dovresti combattere.”

2.19

ya enam veti bantaram yas cainam manyate hatam
ubhau tau na vijanito nayam hanti na hanyate

yah: lui/lei; *enam*: questo; *veti*: sa; *bantaram*: che uccide; *yah*: lui/lei; *ca*: e; *enam*: questo; *manyate*: pensa; *hatam*: ucciso; *ubhau*: entrambi; *tau*: essi; *na*: non; *vijanitah*: che sa; *na*: non; *ayam*: questo; *hanti*: uccide; *na*: non; *hanyate*: è ucciso.

“Una persona che conosce questo (Atman/Brahman) non è convinta di essere colui che uccide o che è ucciso, perché in entrambe (le posizioni) sa che questo (Atman/Brahman) non uccide e non è ucciso.”

2.20

*na jayate mriyate va kadacin nayam bhutva bhavita va na bhuyah
ajo nityah sasvato 'yam purano na hanyate hanyamane sarire*

na: non; *jayate*: nasce; *mriyate*: muore; *va*: oppure; *kadacit*: in qualche momento; *na*: non; *ayam*: questo; *bhutva*: una volta esistito; *bhavita*: diventerà; *va*: oppure; *na*: non; *bhuyah*: diventare di nuovo; *ajah*: non-nato; *nityah*: eterno; *sasvato*: permanente; *ayam*: questo; *puranah*: antico; *na*: non; *hanyate*: uccide; *hanyamane*: viene ucciso; *sarire*: nel corpo.

“(L'anima) non nasce mai e non muore mai. Esiste eternamente, senza inizio né fine. Questa (anima) che è nel corpo è non-nata, eterna, imperitura, antica, e non può uccidere né essere uccisa.”

2.21

*vedavinasinam nityam ya enam ajam avyayam
katham sab partha kam ghatayati hanti kam*

veda: conosce; *avinasinam*: dell'indistruttibile; *nityam*: eterno; *yah*: lui/lei; *enam*: questo; *ajam*: non-nato; *avyayam*: imperituro; *katham*: come; *sab*: lui/lei; *purusab*: una persona; *partha*: o figlio di Pritha; *kam*: chi; *ghatayati*: fa uccidere; *hanti*: uccide; *kam*: chi.

“O figlio di Pritha, quando una persona sa che questa (l'anima) è imperitura ed eterna, non-nata e immutabile, come (può uccidere o far uccidere un altro), e chi ucciderà chi?”

2.22

*vasamsi jirnani yatha vibhaya navani gribhanti nara 'parani
tatha sarirani vibhaya jirnany anyani samyati navani debi*

vasamsi: abiti; *jirnani*: strappati/ consumati; *yatha*: proprio come; *vibhaya*: lasciando; *navani*: nuovi; *gribhanti*: accetta/ prende; *narah*: un uomo; *aparani*: altri; *tatha*: similmente; *sarirani*: corpi; *vibhaya*: lasciando; *jirnani*: strappati/ consumati; *anyani*: differenti; *samyati*: si unisce; *navani*: nuovi; *debi*: l'incarnato (essere vivente).

“Proprio come un uomo abbandona degli abiti che si sono strappati o consumati e ne acquisisce altri nuovi, nello stesso modo lascia il corpo danneggiato e accetta un altro corpo nuovo.”

2.23

*nainam chindanti sastrani nainam dabati pavakah
na cainam keledayanti apo na sosayati marutab*

na: non; *enam*: questo; *chindanti*: tagliano; *sastrani*: armi; *na*: non; *enam*: questo; *dabati*: brucia; *pavakah*: fuoco; *na*: non; *enam*: questo; *keledayanti*: bagnano; *apah*: acque; *na*: non; *sosayati*: asciuga; *marutab*: il vento.

“Questa (anima che è nel corpo) non può essere tagliata da un'arma, bruciata dal fuoco, bagnata dalle acque o asciugata dal vento.”

2.24

*acchedyo 'yam adahyo 'yam akeledyo 'sosya eva ca
nityab sarva gatab sthanur acalo 'yam sanatanab*

acchedyah: che non può essere spezzato o tagliato; *ayam*: questo; *adahyah*: che non può essere bruciato; *ayam*: questo; *akeledyah*: che non può essere disciolto; *asosyah*: che non può essere seccato; *eva*: certamente; *ca*: e; *nityab*: eterno; *sarva-gatab*: onnipresente; *sthanub*: fisso; *acalah*: che non si muove; *ayam*: questo; *sanatanab*: eterno.

“Questo (spirito) non può essere tagliato a pezzi o bruciato, o disseccato. In realtà è eterno, onnipresente, permanente, e non va (via). Dura per sempre.”

2.25

*avyakto 'yam acintyo 'yam avikaryo 'yam ucyate
tasmad evam viditvainam nanusocitum arbasi*

avyaktab: non-manifestato; *ayam*: questo; *acintyah*: inconcepibile; *ayam*: questo; *avikaryab*: immutabile; *ayam*: questo; *ucyate*: è detto (essere); *tasmad*:

perciò; *evam*: così; *viditva*: sapendo bene; *enam*: questo; *na*: non; *anusocitum*: preoccuparti; *arhasi*: dovresti.

“E' detto che questa (anima) è invisibile agli occhi materiali, inconcepibile all'intelletto materiale, e non toccata dal cambiamento. Perciò, sapendo questo/ conoscendo questa (anima), non dovresti preoccuparti.”

2.26

*atba cainam nitya atam nityam va manyase mritam
tathapi tvam maha babo nainam socitum arhasi*

atba: se; *ca*: e; *enam*: questo; *nitya*: eternamente; *jatam*: nato; *nityam*: eternamente; *va*: oppure; *manyase*: tu pensi; *mritam*: morto; *tatha*: allora; *api*: persino; *tvam*: tu; *maha-babo*: o (Arjuna) dalle forti braccia; *na*: non; *enam*: questo; *socitum*: preoccuparti; *arhasi*: dovresti.

“Anche se pensi che questa (anima) continui sempre a nascere e a morire, in ogni caso non dovresti addolorarti, o (Arjuna) dalle forti braccia.”

2.27

*jatasya hi dbruvo mriyur dbruvam janma mritasya ca
tasmad aparibharye 'rthe na tvam socitum arhasi*

jatasya: di uno che è nato; *hi*: certamente; *dbruvab*: stabilito/ determinato; *mriyub*: la morte; *janma*: nascita; *mritasya*: di uno che è morto; *ca*: e; *tasmad*: perciò; *aparibharye*: su ciò che è inevitabile; *arthe*: per lo scopo; *na*: non; *tvam*: tu; *socitum*: preoccuparti; *arhasi*: dovresti.

“Per uno che è nato, certa è la morte, e chi è morto rinascerà. Non serve a nulla disperarsi per qualcosa che è inevitabile.”

2.28

*avyaktadini bbutani vyakta madhyani bharata
avyakta nidhanany eva tatra ka paridevana*

avyakta: non manifestati; *adini*: originari; *bhutani*: gli esseri (viventi); *vyakta*: manifestati; *madhyani*: nello stato intermedio; *bharata*: o discendente di Bharata; *avyakta*: non manifestati; *nidhanani*: alla distruzione; *eva*: perciò; *tatra*: in questo; *ka*: che cosa; *paridevana*: da lamentarsi.

“O discendente di Bharata, tutti gli esseri viventi/ gli stati dell'essere sono inizialmente non-manifestati, poi diventano visibili nello stadio intermedio e scompaiono di nuovo alla fine. A che cosa serve lamentarsene?”

2.29

*ascarya vat pasyati kascid enam ascarya vad vadati tathaiva anyah
ascarya vac cainam anyah srinoti srutvapy enam veda na caiva kascit*

ascarya vat: meraviglioso; *pasyati*: vede; *kascit*: qualcuno; *enam*: questo; *ascarya vat*: meraviglioso; *vadati*: parla; *tatha*: anche; *eva*: certamente; *ca*: e; *anyah*: un altro; *ascarya-vat*: meraviglioso; *ca*: e; *enam*: questo; *anyah*: un altro; *srinoti*: ascolta; *srutva*: avendo sentito; *api*: anche; *enam*: questo; *veda*: conosce; *na*: non; *ca*: e; *eva*: certamente; *kascit*: qualcuno.

“Alcuni vedono questo (Atman) come meraviglioso, altri lo descrivono come meraviglioso. Alcuni ne sentono parlare come di una meraviglia, e alcuni rimangono incapaci di comprenderlo anche dopo averne sentito parlare.”

2.30

*dehi nityam avadhyo 'yam debe sarvasya bharata
tasmāt sarvani bhutani na tvam socitum arhasi*

dehi: (l'anima che vive) nel corpo; *nityam*: eterna; *avadhyo*: immortale; *ayam*: questa; *debe*: nel corpo; *sarvasya*: di tutti/ di ciascuno; *bharata*: o discendente di Bharata; *tasmāt*: perciò; *sarvani*: tutti; *bhutani*: gli esseri; *na*: non; *tvam*: tu; *socitum*: rattristarti; *arhasi*: dovresti.

“O discendente di Bharata, questa (anima) eterna che vive nel corpo non può essere uccisa ed è presente in tutti i corpi. Perciò non dovresti rattristarti per tutti questi esseri viventi.”

2.31

*sva dharmam api caveksya na vikampitum arhasi
dharmyat hi yuddhat chreyo 'nyat ksatriyasya na vidyate*

sva: il proprio; *dharmam*: dovere; *api*: anche; *ca*: e; *aveksya*: considerando; *na*: non; *vikampitum*: esitare; *arhasi*: dovresti; *dharmyat*: secondo il *dharma*; *hi*: in verità; *yuddhat*: in battaglia; *sreyah*: migliore; *anyat*: altro; *ksatriyasya*: di uno *ksatriya*; *na*: non; *vidyate*: è conosciuto.

“Considerando i tuoi doveri dharmici non dovresti esitare, poiché per uno *ksatriya* non c'è nulla di meglio che combattere una battaglia secondo il *dharma*.”

2.32

*yadricchaya copapannam svarga dvaram apavritam
sukhinah ksatriyah partha labhante yuddham idrisam*

yat ricchaya: che si è presentata spontaneamente; *ca*: e; *upapannam*: raggiunta; *svarga dvaram*: la porta ai pianeti celesti; *apavritam*: aperta; *sukhinah*: felici; *ksatriyah*: gli *ksatriya*; *partha*: o figlio di Pritha; *labhante*: ottengono; *yuddham*: battaglia; *idrisam*: come questa.

“O figlio di Pritha, felici sono gli *ksatriya* ai quali tale opportunità si presenta spontaneamente. Per un guerriero, impegnarsi in tale battaglia è come vedere le porte del cielo che si aprono di fronte a lui.”

2.33

*atha cet tvam dharmyam sangramam na karisyasi
tathah sva dharmam kirtim ca hitva papam avapsyasi*

atha: perciò; *cet*: se; *tvam*: tu; *imam*: questo; *dharmyam*: dovere di sostenere l'universo; *sangramam*: impegnato; *na*: non; *karisyasi*: farai; *tathah*: allora; *sva dharmam*: il particolare dovere (basato su *guna* e *karma*); *kirtim*: buona reputazione; *ca*: e; *hitva*: abbandonando; *papam*: peccato; *avapsyasi*: otterrai.

“Perciò, se non ti impegni in questa (azione) dharmica, perderai il tuo buon nome di *kshatriya*. (Ciò che) tu otterrai (è) *papam* (la macchia del peccato).”

2.34

*akirtim capi bbutani kathayishyanti te 'vyayam
sambhavitasya cakirtir maranat atiricyate*

akirtim: cattiva fama; *ca*: e; *api*: anche; *bbutani*: tutti (gli esseri viventi); *kathayishyanti*: parleranno; *te*: di te; *avyayam*: eternamente; *sambhavitasya*: di una persona rispettabile; *ca*: e; *akirtir*: cattiva fama; *maranat*: della morte; *atiricyate*: è peggio.

“Tutti parleranno per sempre della tua infamia. Per una persona rispettabile, una cattiva fama è peggio della morte.

2.35

*bbayat ranad uparatam mamsyante tvam maha rathab
yesam ca tvam babu mato bbutva yasyasi laghavam*

bbayat: per paura; *ranat*: dalla battaglia; *uparatam*: lasciato; *mamsyante*: penseranno; *tvam*: te; *maha rathab*: i grandi generali; *yesam*: loro; *ca*: e; *tvam*: te; *babu mato*: molto rispettato; *bbutva*: essendo stato; *yasyasi*: diventerai; *laghavam*: di molto meno peso (importanza).

“I grandi generali penseranno che hai lasciato il campo di battaglia per paura; coloro che ti tenevano in così grande considerazione non ti prenderanno più tanto sul serio.”

2.36

*avacya vadams ca bahun vadisyanti tavabitah
nindantas tava samarthyam tato dubkhataram nu kim*

avacya: indecenti; *vadam*: discorsi; *ca*: e; *bahun*: molti; *vadisyanti*: andranno dicendo; *tava*: tuoi; *bitah*: nemici (coloro che ti odiano); *nindantah*: offensivi; *tava*: il tuo; *samarthyam*: valore; *tatab*: di ciò; *dubkhataram*: più doloroso; *nu*: sicuramente; *kim*: che cosa (potrebbe esserci).

“I tuoi nemici faranno circolare molte voci irripetibili su di te, sminuendo il tuo valore in modo offensivo. Cosa potrebbe darti più dolore?”

2.37

*bato va prap̄syasi svargam jitva va bhok̄syase mahim
tasmad uttistha kaunteya yuddhaya krito niscayah*

batah: (se vieni) ucciso; *va:* oppure; *prap̄syasi:* raggiungerai; *svargam:* Svargaloka; *jitva:* (se esci) vittorioso; *va:* oppure; *bhok̄syase:* godrai (dei frutti della); *mahim:* Terra; *tasmad:* perciò; *uttistha:* alzati; *kaunteya:* o figlio di Kunti; *yuddhaya:* in battaglia; *kritah:* determinato; *niscayah:* senza dubbio.

“Se verrai ucciso (in battaglia) raggiungerai i pianeti più alti, se sarai vittorioso godrai (dei piaceri) di questo mondo. Alzati dunque, o figlio di Kunti, e abbandonando tutti i dubbi, fissa la sua mente sulla battaglia.”

2.38

*sukha dukhe same kṛitva labhalabhaḥ jayajayan
tato yuddhaya yujyasva naivam papam avap̄syasi*

sukha: nella gioia; *dukhe:* nella sofferenza; *same:* ugualmente (equilibrato); *kṛitva:* facendo; *labha:* ottenendo, *alabhaḥ:* non ottenendo; *jaya:* vincendo; *ajayan:* non vincendo; *tatah:* là; *yuddhaya:* in battaglia; *yujyasva:* impegnati; *na:* non; *evam:* così; *papam:* risultato negativo; *avap̄syasi:* otterrai.

“Se combatti questa battaglia rimanendo equanime (distaccato e aperto) verso gioia e tristezza, guadagno e perdita, vittoria e sconfitta, non sarai mai toccato dal peccato.”

2.39

*esa te 'bbhita sankhye buddhir yoge tv imam sṛinu
buddhya yukto yaya partha karma bandham prahasyasi*

esa: questo; *te:* a te; *abbhita:* spiegato; *sankhye:* attraverso l'analisi; *buddhib:* intelligenza/ saggezza; *yoge:* attraverso l'impegno; *tu:* ma; *imam:* questo; *sṛinu:*

ascolta; *buddhya*: attraverso l'intelligenza; *yuktah*: impegnato; *yaya*: da cui; *partha*: o Partha (figlio di Pritha); *karma*: dell'azione; *bandham*: il legame; *prahasyasi*: sarai liberato.

“Ti ho spiegato questo (sapere) attraverso il (metodo analitico di esame chiamato) Sankhya. Ora ascolta questo (concetto) come (è osservato secondo la prospettiva del) (la pratica dell'intelligenza, chiamata) Buddhi Yoga. O Partha, attraverso questo Buddhi Yoga (l'applicazione dell'intelligenza e della corretta comprensione) sarai liberato dai legami del *karma* (azioni e reazioni).

2.40

*nebbhikrama naso 'sti pratyavayo na vidyate
svalpam apy asya dharmasya trayate mahato bhayat*

na: non; *iba*: qui; *abbikrama*: sforzo; *nasah*: perdita; *asti*: c'è; *pratyavayah*: diminuzione/ danno/ effetto negativo/ opposizione; *na*: non; *vidyate*: è conosciuto; *su-ल्पam*: ben poco; *api*: sebbene; *asya*: di questo; *dharmasya*: del *dharma*; *trayate*: libera/ protegge; *mahatah*: grande; *bhayat*: dalla paura.

“In questa (via) nessuno sforzo va perduto, e non si subisce perdita o danno. Anche un piccolo (sforzo) nella direzione di questo *dharma* libera dalla più grande paura.”

2.41

*vyavasayatmika buddhir ekeha kuru nandana
bahu sakha hy anantas ca buddhayo 'vyavasayinam*

vyavasaya: determinato; *atmika*: con il sé; *buddhib*: intelligenza; *eka*: una; *iba*: qui; *kuru nandana*: o figlio/ discendente di Kuru; *bahu*: molte; *sakha*: ramificazioni; *hi*: certamente; *anantah*: infinite; *ca*: e; *buddhayah*: dell'intelligenza; *avyavasayinam*: di coloro che non sono determinati.

“O amato discendente di Kuru, l'intelligenza/ comprensione che è costantemente focalizzata sull'Atman è l'unica vera (intelligenza/ comprensione) in questo (mondo). Coloro che non si concentrano (sull'anima) disperdono la propria intelligenza in innumerevoli ramificazioni minori.”

2.42

*yam imam puspitam vacam pravadanty avipascitah
veda vada ratah partha nanyad astiti vadinah*

yam: quello; *imam*: questo; *puspitam*: fiorite; *vacam*: parole; *pravadanty*: predicano/ recitano; *avipascitah*: coloro che hanno meno comprensione; *veda*: la conoscenza dei *Veda*; *vada*: seguaci/ recitatori; *ratah*: attaccati; *partha*: o Partha (figlio di Pritha); *na*: non; *nanyad*: altro; *asti*: c'è; *iti*: così; *vadinah*: coloro che seguono/ recitano.

“O figlio di Pritha, coloro che non hanno una comprensione completa predicano/ recitano di queste cose con molte parole fiorite, e coloro che sono attaccati alla lettera dei *Veda* sono incapaci di riconoscere altro.”

2.43

*kamatmanah svarga para janma karma phala pradam
kriya visesa babulam bhogaisvarya gatim prati*

kama: lussuria; *atmanah*: sé (mente/ identificazione); *svarga*: paradiso; *para*: aspiranti; *janma*: nascita; *karma*: azione; *phala*: frutti; *pradam*: che conferisce; *kriya*: doveri/ procedure/ rituali; *visesa*: differenti; *babulam*: molti; *bhoga*: gratificazione dei sensi; *aisvarya*: dominio; *gatim*: destinazione/ scopo; *prati*: verso.

“Aspirano ai piaceri dei pianeti superiori (considerandoli come la meta più desiderabile) e ai frutti delle loro azioni, che saranno raccolti in una prossima vita, perciò compiono una grande varietà di rituali complicati per ottenere una posizione elevata e gratificazione dei sensi.”

2.44

*bhogaisvarya prasaktanam tayapabrta cetasam
vyavasayatmika buddhib samadbau na vidhiyate*

bhoga: piacere dei sensi; *aisvarya*: dominazione; *prasaktanam*: coloro che sono attaccati a; *taya*: da questi; *apabrta*: coperta; *cetasam*: consapevolezza;

vyavasaya: focalizzata; *atmika*: mente/ sé; *buddhib*: intelligenza; *samadhan*: nel *samadhi*; *na*: non; *vidhiyate*: diventa.

“Poiché sono attaccati al piacere e alla posizione (di potere e opulenza) e la loro mente è confusa da queste cose, rimangono incapaci di focalizzare la propria comprensione sul Sé e di raggiungere il *samadhi* (equilibrio della consapevolezza).”

2.45

*traigunya visaya veda nistraigunyo bhavarjuna
nirdvandvo nitya sattva stho niryoga ksema atmavan*

traigunya: dei tre *guna* (qualità) (del mondo materiale); *visaya*: a proposito; *vedab*: i *Veda*; *nistraigunyah*: senza i tre *guna*; *bhava*: diventa; *arjuna*: o Arjuna; *nir dvandvah*: senza dualità; *nitya*: costantemente; *sattva*: in *sattva*; *sthab*: situato; *niryoga*: libero da collegamenti; *ksema*: (e) protezione; *atmavan*: uno che è (concentrato sul) Sé."

“I *Veda* (testi di conoscenza) trattano delle varie manifestazioni dei tre *guna*. O Arjuna, dovresti piuttosto diventare distaccato da (tutti) questi tre *guna*, e situarti nella pura virtù che non è soggetta a cambiamenti. Una persona che conosce l'Atman diventa libera da tutte le dualità e trova protezione nel distacco.”

2.46

*yavan artha udapane sarvatab samplutodake
tavan sarvesu vedesu brahmanasya vijanatab*

yavan: qualsiasi; *artha*: valore/ beneficio/ scopo; *udapane*: in un piccolo specchio d'acqua; *sarvatab*: dappertutto; *sampluta udake*: un immenso specchio d'acqua; *tavan*: lo stesso (valore/ scopo); *sarvesu*: in tutti; *vedesu*: i *Veda*; *brahmanasya*: del (vero) *brahmana*; *vijanatab*: che ha la conoscenza completa/ realizzata (del Brahman).

“Qualsiasi valore/uso abbia uno stagno si trova anche, sotto ogni aspetto, in un grande lago. Similmente, tutto ciò che è contenuto in

tutti i *Veda* può essere trovato in una persona che ha realizzato la conoscenza del Brahman."

2.47

*karmany evadhikaras te ma phalesu kadacana
ma karma phala hetur bbur ma te sango 'stv akarmani*

karmani: nelle azioni; *eva*: certamente; *adbikarab*: legittimo diritto (legale/morale); *te*: di te; *ma*: non; *phalesu*: nei frutti; *kadacana*: mai; *ma*: non; *karma*: (dell') azione; *phala*: risultato; *hetub*: causa; *bbub*: diventa; *ma*: non; *te*: di te; *sangab*: attaccamento; *astu*: dovrebbe esserci; *akarmani*: astensione dall'azione.

“Tu hai certamente il diritto di compiere l'azione, ma mai (il diritto) di godere dei frutti delle tue azioni. Non (cercare di) diventare la causa dei frutti dell'azione, ma non attaccarti all'inazione.”

2.48

*yoga sthab kuru karmani sangam tyaktva dhananjaya
siddhy asiddhyoh samo bhutva samatvam yoga ucyate*

yoga: nello *yoga*; *sthab*: situato; *kuru*: fai; *karmani*: nelle azioni; *sangam*: attaccamento; *tyaktva*: lasciando; *dhananjaya*: o Dhananjaya ("conquistatore di ricchezze"); *siddhi*: nella perfezione/ nel successo; *asiddhyoh*: nell'imperfezione/ nel fallimento; *samah*: ugualmente (equilibrato); *bhutva*: diventando; *samatvam*: equanimità; *yoga*: *yoga*; *ucyate*: è detto.

“Fermamente situato nello *yoga*, compi le attività (necessarie) abbandonando l'attaccamento/ il legame con esse. Questa equanimità verso successo e fallimento si chiama *yoga*.”

2.49

*durena hy avaram karma buddhi yogad dhananjaya
buddhan saranam anviccha kripinah phala betavah*

durena: lontano; *hi*: dunque; *avaram*: inferiori/ abominevoli; *karma*: azioni; *buddhi yogat*: dall'impegno dell'intelligenza/ nell'intelligenza; *dhananjaya*: o

Dhananjaya (Arjuna); *buddhau*: in (questa) intelligenza; *saranam*: rifugio; *amviccha*: cercando; *kripanah*: persone da commiserare; *phala*: il frutto; *hetavah*: a causa di.

“O Dhananjaya, tieniti dunque lontano da tutte le attività cattive impegnandoti nel Buddhi Yoga. Prendi rifugio in (questa) intelligenza. Coloro che agiscono perché sono interessati ai frutti dell'azione sono da commiserare.”

2.50

*buddhi yukto jabatiba ubhe sukrita duskrite
tasmad yogaya yujyasva yogah karmasu kausalam*

buddhi: intelligenza; *yuktab*: impegnato/ attraverso; *jabati*: diventa libero; *iba*: qui; *ubhe*: in entrambi; *sukrita*: azione buona; *duskrite*: azione cattiva; *tasmad*: perciò; *yogaya*: nello *yoga*; *yujyasva*: impegnati; *yogah*: *yoga*; *karmasu*: nelle azioni; *kausalam*: il modo più benefico.

“Attraverso il Buddhi Yoga si può diventare liberi, già in questa vita, sia dalle (azioni/ reazioni) buone che da quelle cattive. Perciò dovresti impegnarti nello *yoga*, che è il modo migliore per gestire l'azione.”

2.51

*karma jam buddhi yukta hi phalam tyaktva manisinah
janma bandha vinirmuktah padam gacchanti anamayam*

karma: dall'azione; *jam*: nato; *buddhi yuktab*: impegnati nell'intelligenza; *hi*: perciò; *phalam*: il frutto; *tyaktva*: lasciando; *manisinah*: persone sagge/ riflessive; *janma*: nascita; *bandha*: legame; *vinirmuktah*: completamente liberati; *padam*: posizione; *gacchanti*: vanno; *anamayam*: senza sofferenza.

“Le persone sagge abbandonano il frutto nato dalle loro azioni, impegnandosi in (questo) Buddhi Yoga, e diventano dunque libere dai legami della rinascita, raggiungendo una posizione che è libera da ogni sofferenza.”

2.52

*yada te moha kalilam buddhir vyatitarisyati
tada gantasi nirvedam srotaryasya srutasya ca*

yada: quando; *te*: tua; *moha*: illusione; *kalilam*: acque fangose; *buddhib*: intelligenza /saggezza; *vyatitarisyati*: supera/ oltrepassa; *tada*: allora; *ganta asi*: raggiungerai; *nirvedam*: mancanza di attenzione; *srotaryasya*: ciò che rimane da ascoltare; *srutasya*: ciò che è stato ascoltato; *ca*: e.

“Quando (questa) intelligenza/ saggezza ti avrà portato oltre la densa palude dell'illusione, arriverai a un punto dove sarai indifferente a tutto ciò che è stato ascoltato o che rimane da ascoltare.”

2.53

*sruti vipratipanna te yada sthasyati niscala
samadha acala buddhis tada yogam avapsyasi*

sruti: della conoscenza ascoltata (nelle scritture vediche); *vipratipanna*: confusa dalle apparenti contraddizioni; *te*: tu; *yada*: quando; *sthasyati*: rimane situata; *niscala*: senza muoversi; *samadha*: nel *samadhi* (meditazione costante); *acalah*: che non vacilla; *buddhib*: intelligenza/ saggezza; *tada*: allora; *yogam*: *yoga*; *avapsyasi*: raggiungi.

“Quando sei stabile nella tua consapevolezza, senza essere confuso da ciò che hai sentito, allora raggiungi lo *yoga* dove l'intelligenza non si discosta dal *samadhi*.”

2.54

*arjuna uvaca
stbitha prajnyasya ka bhasya samadhi sthasya kesava
stbitha dhim kim prabhaseta kim asita vrajeta kim*

arjuna: Arjuna; *uvaca*: disse; *stbitha*: stabilito; *prajnyasya*: uno che conosce veramente; *ka*: che cosa; *bhasya*: linguaggio/ descrizione; *samadhi sthasya*: di uno che è stabile nel *samadhi*; *kesava*: o Keshava (uccisore del demone

Keshi); *stbita dbih*: ferma intelligenza/ meditazione; *kim*: come; *prabhaseta*: parla; *kim*: come; *asita*: rimane seduto/ fermo; *vrajeta*: va in giro; *kim*: come.

Arjuna disse: "O Keshava, una persona che è fermamente stabilita nella coscienza della meditazione è detta in *samadhi*. Come parla, e che cosa dice? Come si muove, e come sta ferma?"

2.55

sri bhagavan uvaca
prajabati yada kaman sarvan partha mano gatan
atmany evatmana tustab stbita prajnas tadocyate

sri: il glorioso; *bhagavan*: Signore; *uvaca*: disse; *prajabati*: lascia andare; *yada*: quando; *kaman*: i desideri; *sarvan*: tutti; *partha*: o figlio di Pritha (Arjuna); *manab*: della mente; *gatan*: entrati; *atmani*: nell'Atman; *eva*: certamente; *atmana*: con il sé; *tustab*: soddisfatto; *stbita prajnah*: di ferma intelligenza; *tada*: allora; *ucyate*: è detta.

Il Signore disse: "O Partha, quando una persona lascia andare tutti i desideri che scorrono nella mente, e rimane soddisfatta nell'Atman, è detta fermamente situata nella (corretta) comprensione."

2.56

dubkhesu anudvigna manab sukhesu vigata sprihab
vita raga bhaya krodhab stbita dbir munir ucyate

dubkhesu: nelle sofferenze; *anudvigna*: non distrutta/ disturbata; *manab*: la mente; *sukhesu*: nelle gioie; *vigata*: non attratta; *sprihab*: toccata; *vita*: senza; *raga*: attaccamento; *bhaya*: paura; *krodhab*: rabbia; *stbita*: stabile; *dbih*: comprensione; *munih*: un *muni* (una persona saggia/ riflessiva); *ucyate*: è detto.

"Una persona la cui mente non è distratta dalle sofferenze o dalle gioie e rimane distaccata, libera dall'attrazione, dalla paura e dalla collera, è chiamata un Muni, capace di mantenere una meditazione stabile."

2.57

*yab sarvatranabbisnebas tat tat prapya subbasubham
nabhinandati na dvesti tasya prajna pratisthita*

yab: uno che; *sarvatra*: dappertutto; *anabbisnehab*: senza affetto/ attaccamento; *tat tat*: quello e quello/ qualsiasi cosa; *prapya*: raggiungendo; *subha*: buono/ di buon augurio; *asubham*: cattivo/ di cattivo augurio; *na*: non; *abhinandati*: loda/ accoglie con entusiasmo; *na*: non; *dvesti*: recrimina/ rifiuta; *tasya*: di lui; *prajna*: perfetta conoscenza; *pratisthita*: stabilito.

“Una persona che è distaccata da tutte le situazioni/ luoghi, che non si lascia trasportare dalla gioia nelle circostanze favorevoli o dall'amarezza nelle circostanze sfavorevoli, è fermamente situata nella saggezza.”

2.58

*yada sambarate cayam kurmo 'nganiva sarvasab
indriyanindriyarthebhyas tasya prajna pratisthita*

yada: quando; *sambarate*: ritira; *ca*: e; *ayam*: questo; *kurmah*: tartaruga; *anganis*: le membra; *iva*: come; *sarvasab*: tutti; *indriyani*: i sensi; *indriya*: dei sensi; *arthebhyas*: dalla ricerca; *tasya*: di lui; *prajna*: perfetta conoscenza; *pratisthita*: stabilita.

“Una persona che ritrae completamente i sensi dagli oggetti dei sensi, come una tartaruga ritrae completamente tutte le sue membra (nel guscio), è fermamente situata nella saggezza.”

2.59

*visaya vinivartante niraharasya debinah
rasa varjam raso 'py asya param dristva nivartate*

visaya: oggetti dei sensi; *vinivartante*: vanno lontano/ abbandonano; *niraharasya*: di una persona che non consuma; *debinah*: uno che è incarnato; *rasa*: gusto; *varjam*: lasciando; *rasab*: gusto; *api*: sebbene; *asya*: di lui; *param*: molto meglio; *dristva*: vedendo; *nivartate*: abbandona.

“L'anima incarnata può mantenere a distanza gli oggetti dei sensi e rifiutarli, ma potrà abbandonare il gusto (per tali oggetti) (solo) quando vede/ trova il Supremo/ qualcosa che ha un gusto superiore.”

2.60

*yataṭo hy aṅi kaunteya puruṣasya vipascitaḥ
indriyani pramathini haranti prasabham manah*

yataṭaḥ: che si sforza; *hi*: certamente; *aṅi*: sebbene; *kaunteya*: o figlio di Kunti (Arjuna); *puruṣasya*: del *puruṣa*; *vipascitaḥ*: con la conoscenza discriminante; *indriyani*: i sensi; *pramathini*: che agitano; *haranti*: portano via; *prasabham*: di forza; *manah*: la mente.

“O figlio di Kunti, i sensi sono così turbolenti che possono trasportare via di forza anche la mente di un uomo saggio che si sforza di controllarli.”

2.61

*tani sarvani samyamya yukta asita mat paraḥ
vase hi yasyendriyani tasya prajna pratisthita*

tani: quelli; *sarvani*: tutti; *samyamya*: controllando; *yukta*: impegnato; *asita*: dovrebbe rimanere fisso; *mat paraḥ*: concentrato su di me; *vase*: dominando; *hi*: certamente; *yasya*: di lui; *indriyani*: i sensi; *tasya*: di lui; *prajna*: conoscenza perfetta; *pratisthita*: fermamente situato.

“Una persona che tiene tutti questi (sensi) adeguatamente controllati/ regolati e impegnati nella costante consapevolezza di me, li ha certamente padroneggiati ed è fermamente situato nella saggezza.”

2.62

*dhyayato viṣayan pumsaḥ saṅgaḥ tesupajayate
saṅgaṭ sanjayate kaṁaḥ kaṁat krodho 'bhijayate*

dhyayata: contemplati; *visayan*: gli oggetti dei sensi; *pumsab*: il *purusha*; *sangah*: associazione/ attaccamento; *tesu*: in essi; *upajayate*: appare; *sangat*: dall'attaccamento; *sanjayate*: cresce; *kamah*: lussuria; *kamat*: dalla lussuria; *krodhab*: collera; *abbhijayate*: nasce.

“Pensando agli oggetti dei sensi, una persona si associa con essi, tramite l'associazione si sviluppa il desiderio, e dal desiderio (insoddisfatto) nasce la collera.”

2.63

*krodhat bhavati sammohah sammohat smriti vibhramah
smriti bhramsad buddhi naso buddhi nasat pranasyati*

krodhat: dalla collera; *bhavati*: diventa; *sammohah*: confusione; *sammohat*: dalla confusione; *smriti*: memoria; *vibhramah*: errore; *smriti-bhramsad*: dall'errore della memoria; *buddhi*: l'intelligenza; *nasah*: (è) distrutta; *buddhi nasat*: dalle distruzione dell'intelligenza/ comprensione; *pranasyati*: si cade.

“La collera diventa confusione, e la confusione (diventa) memoria fallace. Il fallimento della memoria (causa) la distruzione dell'intelligenza, e per la perdita dell'intelligenza si cade dalla propria posizione.”

2.64

*raga dvesa vimuktaih tu visayan indriyaih caran
atma vasyair vidheyatma prasadam adbhigacchati*

raga: attrazione; *dvesa*: repulsione; *vimuktaih*: completamente libero; *tu*: ma; *visayan*: gli oggetti dei sensi; *indriyaih*: dai sensi; *caran*: andando; *atma*: il sé; *vasyaih*: controllato; *vidheya*: regolato; *atma*: il sé; *prasadam*: misericordia; *adbhigacchati*: ottiene.

“Una persona che si è liberata dall'attrazione e dalla repulsione per gli oggetti dei sensi mantiene il proprio autocontrollo nelle azioni e si regola (nel corpo, nella mente e nei sensi) ottiene la soddisfazione/ le benedizioni (del Signore).”

2.65

*prasade sarva dukkhanam hanir asyopajayate
prasanna cetaso hy asu buddhib paryavasthate*

prasade: con/ in questo *prasadam*; *sarva*: tutte; *dukkhanam*: sofferenze; *hanib*: sono distrutte; *asya*: di lui; *upajayate*: appare; *prasanna*: soddisfatta; *cetasah*: la consapevolezza (la mente); *hi*: certamente; *asu*: molto presto; *buddhib*: l'intelligenza; *pari*: completamente; *avasthate*: si stabilisce fermamente.

“Questo *prasadam* (benedizione) porta la distruzione di ogni sofferenza, dà soddisfazione alla mente, e (da esso) viene ben presto stabilita la giusta intelligenza/ comprensione.”

2.66

*nasti buddhir ayuktasya na cayuktasya bhavana
na abhavayatah santir asantasya kutah sukham*

na: non; *asti*: c'è; *buddhib*: intelligenza; *ayuktasya*: di chi non è collegato/ impegnato; *na*: non; *ca*: e; *ayuktasya*: di chi non è collegato/ impegnato; *bhavana*: mente concentrata; *na*: non; *ca*: e; *abhavayatah*: chi non è stabilito; *santib*: pace; *asantasya*: di chi non ha pace; *kutah*: dove; *sukham*: felicità.

“Una persona che non è collegata/ impegnata (nello *yoga*) non può avere la giusta intelligenza/ comprensione. Una persona che non è impegnata (nello *yoga*) non può ottenere buoni risultati, o riuscire a raggiungere la pace. E come ci può essere felicità senza pace?”

2.67

*indriyanam hi caratam yan mano 'nuvidhiyate
tad asya harati prajnam vayur navam ivambhasi*

indriyanam: dei sensi; *hi*: certamente; *caratam*: che va in giro; *yan*: quelli; *manah*: la mente; *anuvidhiyate*: è costantemente impegnata; *tad*: quello; *asya*: di lui; *harati*: porta via; *prajnam*: saggezza/ comprensione; *vayuh*: il vento; *navam*: una barca; *iva*: come; *ambhasi*: sull'acqua.

“La mente che segue i sensi ne diventa la serva, e porta via la saggezza di quella (persona) come il vento spazza una barca sull'acqua.”

2.68

*tasmad yasya maha babo nigrihitani sarvasab
indriyanindriyarthebyas tasya prajna pratisthita*

tasmat: perciò; *yasya*: di lui/ lei; *maha-babo*: dalle potenti braccia (Arjuna); *nigrihitani*: dominati; *sarvasab*: ovunque; *indriyani*: i sensi; *indriya*: dei sensi; *arthebhyab*: nello scopo; *tasya*: di lui/ lei; *prajna*: saggezza; *pratisthita*: fermamente situato.

“Perciò, o (eroe) dalle potenti braccia, chi pratica l'autocontrollo in tutte le attività mentre impegna i sensi negli oggetti dei sensi, è fermamente situato nella saggezza.”

2.69

*ya nisa sarva bhutanam tasyam jagarti samyami
yasyam jagrati bhutani sa nisa pasyato muneh*

yab: lui/ lei; *nisab*: la notte; *sarva*: tutti; *bhutanam*: degli esseri viventi; *tasyam*: lui/ lei; *jagarti*: rimane sveglio; *samyami*: colui che controlla sé stesso; *yasyam*: in cui; *jagrati*: tiene svegli; *bhutani*: tutti gli esseri viventi; *sab*: lui/ lei; *nisab*: la notte; *pasyatab*: che vede; *muneh*: il saggio.

“Per questa persona saggia, ciò che è notte per tutte le creature diventa un'occasione per la veglia regolata, e il tempo in cui le creature rimangono sveglie è notte per lui.”

2.70

*apuryamanam acala pratistham samudram apab pravisanti yadvat
tadvat kama yam pravisanti sarve sa santim apnoti na kama kami*

apuryamanam: riempito costantemente; *acala*: senza muoversi; *pratistham*: stabile; *samudram*: l'oceano; *apab*: acque; *pravisanti*: entrano; *yadvat*:

similmente; *tadvat*: nello stesso modo; *kamab*: i desideri; *yam*: lui/ lei; *pravisanti*: entrano; *sarve*: tutti; *sab*: quella persona; *santim*: pace; *apnoti*: ottiene; *na*: non; *kama kami*: chi desidera i desideri.

“L'oceano non si muove dalla sua posizione, non importa quanta acqua entri a riempirlo. Una persona che nello stesso modo (resiste al flusso) dei desideri che entrano (nella sua mente) raggiunge una pace che non è (ottenuta) da chi vuole (coltivare) i desideri.”

2.71

*vihaya kaman yab sarvan pumams carati nibsprihab
nirmamo nirabankarab sa santim adbigacchati*

vihaya: lasciando/ abbandonando; *kaman*: desideri; *yab*: lui/ lei; *sarvan*: tutti; *puman*: una persona (*purusha*); *carati*: cammina; *nibsprihab*: non toccata; *nirmamab*: senza senso di proprietà/ appartenenza/ affinità; *nirabankarab*: senza identificazione materiale; *sab*: lui/ lei; *santim*: pace; *adbigacchati*: raggiunge veramente.

“Abbandonando tutti i desideri, una persona si muove liberamente senza attaccamenti, e poiché non si considera il proprietario o l'autore, raggiunge la pace.”

2.72

*esa brahmi sthitih partha nainam prapya vimuhyati
sthitvasyam anta kale 'pi brahma nirvanam ricchati*

esa: questa; *brahmi*: spirituale/ trascendentale; *sthitih*: posizione; *partha*: o figlio di Pritha (Arjuna); *na*: non; *enam*: questo; *prapya*: ottenendo; *vimuhyati*: diventa confuso; *sthitva*: essendo situato; *asvam*: in questo; *anta kale*: nel momento finale; *api*: persino; *brahma*: spirituale; *nirvanam*: nirvana; *ricchati*: raggiunge.

“O figlio di Pritha, questo è il livello spirituale. Una persona che ha raggiunto questo livello non resta mai confusa, e situandosi in quella posizione, raggiunge la liberazione spirituale alla fine del tempo.”

Capitolo 3: Il karma yoga Lo yoga dell'azione

3.1

arjuna uvaca

*jyasasi cet karmanas te mata buddhir janardana
tat kim karmani ghore mam niyojayasi kesava*

arjuna: Arjuna; *uvaca*: disse; *jyasasi*: è migliore; *cet*: se; *karmanah*: azioni; *te*: tua; *mata*: opinione; *buddhib*: intelligenza; *janardana*: o Janardana (Krishna); *tat*: quello; *kim*: perché; *karmani*: azioni; *ghore*: orribili; *mam*: me; *niyojayasi*: stai impegnando; *kesava*: o Keshava (Krishna).

Arjuna disse: “O Janardana, O Keshava, se secondo la tua opinione Buddhi (l'intelligenza) è superiore a Karma (l'azione), perché (vuoi) impegnarmi in questa azione orribile?”

3.2

*vyamisrenea vakyena buddhim mohayasiva me
tad ekam vada niscitya yena sreya 'ham apnuyam*

vyamisrenea: contraddittorie; *iva*: certamente; *vakyena*: con le parole; *buddhim*: intelligenza; *mohayasi*: stai confondendo; *iva*: certamente; *me*: a me; *tad*: quella; *ekam*: una soltanto; *vada*: conclusione (da seguire); *niscitya*: senza alcun dubbio; *yena*: grazie alla quale; *sreyah*: il bene più alto; *aham*: io; *apnuyam*: posso ottenere.

“La mia intelligenza è confusa dalle tue parole (apparentemente) contraddittorie. (Per favore dammi) una istruzione soltanto, che non crei dubbi, e grazie alla quale io possa ottenere il risultato migliore.”

3.3

sri bhagavan uvaca

*loke 'smin dvi vidha nistha pura prokta mayanagha
jnana yogena sankhyanam karma yogena yoginam*

sri bhagavan: il Signore; *uvaca*: disse; *loke*: mondo/ gente; *asmin*: questo; *dvi*: due; *vidha*: tipi; *nistha*: fede/ credenza/ via prescelta; *pura*: precedentemente; *prokta*: detta; *maya*: da me; *anagha*: senza peccato/ senza macchia; *jnana*: conoscenza; *yogena*: con l'impegno; *sankhyanam*: dei seguaci del *sankhya*; *karma*: azione; *yogena*: con l'impegno; *yoginam*: dei seguaci dello *yoga*.

Il Signore disse: “O senza peccato (Arjuna), come ti ho già spiegato, in questo mondo ci sono due tipi di fede: coloro che seguono il Sankhya sono collegati attraverso la conoscenza, mentre gli yogi sono collegati attraverso l'azione.”

3.4

*na karmanam anarambhan naiskarmyam puruso 'snute
na ca sannyasanat eva siddhim samadbigacchati*

na: non; *karmanam*: delle azioni (prescritte); *anarambhan*: non iniziare; *naiskarmyam*: non-azione; *purushah*: una persona; *asnute*: ottiene; *na*: non; *ca*: e; *sannyasanat*: dalla rinuncia; *eva*: soltanto; *siddhim*: perfezione; *samadhi*: il *samadhi*; *gacchati*: raggiunge.

“Una persona non può raggiungere la libertà dal karma astenendosi dell'azione (prescritta), proprio come la perfezione non può essere raggiunta semplicemente attraverso il sannyasa (la rinuncia).”

3.5

*na hi kascit ksanam api jatu tisthaty akarma krit
karyate hy avasah karma sarvah prakriti jair gunaib*

na: non; *hi*: certamente; *kascit*: qualsiasi; *ksanam*: un momento; *api*: anche; *jatu*: mai; *tisthati*: rimane; *akarma*: non-azione; *krit*: che fa; *karyate*: compie; *hi*: certamente; *avasah*: impotente; *karma*: azione; *sarvah*: tutti; *prakriti*: dalla natura; *jair*: create; *gunaib*: dai *guna* (le qualità).

“Mai, in nessun momento, (una persona) può rimanere senza agire anche solo per un attimo, perché è costretta all'azione da tutti i *guna* (le tendenze) nati dalla *prakriti* (natura).”

3.6

*karmendriyani samyamya ya aste manasa smaran
indriyarthan vimudhatma mithyacarah sa ucyate*

karma: azione; *indriyani*: sensi; *samyamya*: controllando; *yab*: lui/ lei; *aste*: rimane; *manasa*: con la mente; *smaran*: ricordando; *indriya*: i sensi; *arthan*: oggetti/ scopi; *vimudha*: sciocco; *atma*: sé; *mithya*: falso; *acarah*: che si comporta; *sab*: lui/ lei; *ucyate*: è detto.

“Una persona che controlla i sensi di azione ma continua a rimanere attaccata al ricordo degli oggetti dei sensi è chiamato stupido e ipocrita.”

3.7

*yas tv indriyani manasa niyamyarabhate 'rjuna
karmendriyaih karma yogam asaktah sa visisyate*

yab: lui/ lei; *tu*: ma; *indriyani*: i sensi; *manasa*: con la mente; *niyamya*: regolando attraverso (*yama* e) *niyama*; *arabhate*: comincia (l'azione); *arjuna*: o Arjuna; *karma*: l'azione; *indriyaih*: i sensi; *karma-yogam*; lo yoga dell'azione; *asaktah*: distaccato; *sa*: lui/ lei; *visisyate*: è molto migliore.

“Chi regola i sensi attraverso la mente, impegnando i sensi d'azione nel *karma yoga* senza attaccamento, è molto migliore, o Arjuna.”

3.8

*niyatam kuru karma tvam karma jyayo hi akarmanah
sarira yatrapi ca te na prasiddhyed akarmanah*

niyatam: prescritta; *kuru*: fai; *karma*: azione; *tvam*: tu; *karma*: lavoro; *jyayo*: meglio; *hi*: certamente; *akarmanah*: che non lavorare; *sarira*: il corpo; *yatra*: mantenimento; *api*: persino; *ca*: e; *te*: tuo; *na*: not; *prasiddhyet*: per la perfezione; *akarmanah*: senza lavorare/ agire.

“Compi l'azione prescritta, poiché l'azione è meglio dell'inazione. Senza agire, è impossibile persino mantenere il corpo, che è il veicolo (del Sé).”

3.9

*yajnarthat karmāno 'nyatra loko 'yam karma bandhanab
tad artham karma kaunteya mukta sangah samacara*

yajña: sacrificio; *arthat*: per lo scopo; *karmānab*: azioni; *anyatra*: altrimenti; *lokab*: mondo/ società; *ayam*: questa; *karma*: azione; *bandhanab*: legame; *tad*: quello; *artham*: scopo; *karma*: azione; *kaunteya*: o figlio di Kunti (Arjuna); *mukta*: liberato; *sangah*: da associazione/ affiliazione; *samacara*: compì.

“Le azioni devono essere compiute come sacrificio, altrimenti in questo mondo provocano un legame (e ulteriori) azioni. Perciò, o figlio di Kunti, dovresti svolgere le tue attività per quello (scopo del sacrificio) rimanendo libero dall'associazione (materiale).”

3.10

*saha yajnah prajah sristva purovaca prajapatib
anena prasaviśyadhvam esa vo 'stv ista kama dbuk*

saha: insieme; *yajñab*: sacrificio/ azione sacra; *prajah*: generazioni; *srishtva*: creando; *pura*: nei tempi antichi; *uvaca*: disse; *prajapatib*: il Signore delle creature; *anena*: con questo; *prasaviśyadhvam*: crescete e prosperate; *esha*: questo; *vah*: vostro; *astu*: che sia; *ishta*: desiderato; *kama*: piacere; *dbuk*: che dà.

“In origine, il Prajapati manifestò i *praja* (le creature) insieme con lo *yajna* (l'azione sacra) e disse, "Tramite queste (azioni sacre) diventerete sempre più prosperi; queste (azioni sacre) vi forniranno tutto ciò che desiderate.”

3.11

*devan bhavāyatanena te deva bhavāyantu vah
parasparam bhavāyantah sreyah param avapsyatha*

devan: i Deva; *bhavayata:* nutriti/ soddisfatti; *anena:* da questo; *te:* vostro; *deva:* i Deva; *bhavayantu:* nutriranno/ soddisferanno; *vab:* voi; *parasparam:* a vicenda; *bhavayantab:* sarete nutriti/ soddisfatti; *sreyab:* beneficio duraturo; *param:* supremo; *avapsyatha:* otterrete.

“I Deva saranno nutriti/ soddisfatti da voi attraverso queste (azioni sacre), e (in cambio) (i Deva) vi benediranno/ nutriranno; in questo modo entrambe le parti si scambieranno (doni) e voi otterrete il beneficio più alto.”

3.12

*istan bhogan hi vo deva dasyante yajna bhavitab
tair dattan apradayaibhyo yo bbunkte stena eva sab*

ishtan: desiderati; *bhogan:* piaceri/ necessità; *hi:* certamente; *vab:* per voi; *devab:* i Deva; *dasyante:* daranno; *yajna:* dal sacrificio; *bhavitab:* soddisfatti/ nutriti; *taih:* da loro; *dattan:* dati; *apradaya:* senza dare; *ebhyo:* a questi; *yab:* colui che; *bbunkte:* gode/ mangia; *stena:* ladro; *eva:* certamente; *sab:* lui.

“Soddisfatti dallo *yajna* (l'azione sacra), i Deva vi forniranno qualsiasi piacere desiderate. Chi mangia ciò che viene distribuito da loro senza offrire nulla in cambio non è che un ladro.”

3.13

*yajna sistasinah santo mucyante sarva kilbisaih
bbunjate te tv agham papa ye pacanty atma karanat*

yajna: sacrificio; *sista:* avanzi; *asinah:* che mangiano; *santab:* brave persone/ coloro che sono; *mucyante:* diventano liberate; *sarva:* da tutte; *kilbisaih:* contaminazioni/ peccati; *bbunjate:* godono/ mangiano; *te:* essi; *tu:* ma; *agham:* peccato/ colpa; *papab:* peccatori/ criminali; *ye:* coloro che; *pacanty:* cucinano; *atma-karanat:* per sé stessi.

“Le brave persone che vivono con gli avanzi del sacrificio / dell'azione sacra sono liberate da tutte le conseguenze, mentre coloro che cucinano per scopi egoistici mangiano / godono di (sostanze) colpevoli.”

3.14

*annad bhavanti bhutani parjanya anna sambhavah
yajnad bhavati parjanyo yajnad karma samudbhavah*

annat: dal cibo/ dai cereali; *bhavanti*: vengono all'esistenza; *bhutani*: tutti gli esseri viventi; *parjanya*: dalla pioggia; *anna-sambhavah*: tutti i (tipi di) cibo; *yajnat*: dal sacrificio; *bhavati*: viene all'esistenza; *parjanya*: la pioggia; *yajnat*: dal sacrificio; *karma*: dall'azione/ dal lavoro; *samudbhavah*: nato.

"(Tutte) le creature vengono all'esistenza grazie ai cereali, e i cereali vengono all'esistenza grazie alle piogge. La pioggia viene grazie al compimento del sacrificio, e il sacrificio viene ad esistere attraverso il lavoro."

3.15

*karma brahmodbhavam viddhi brahmaksara samudbhavam
tasmāt sarva gatam brahma nityam yajne pratishthitam*

karma: lavoro; *brahma*: da Brahma; *udbhavam*: nato (da); *viddhi*: sappi (che); *brahma*: Brahma il creatore/ lo spirito; *akshara*: imperituro; *samudbhavam*: nato (da); *tasmāt*: perciò; *sarva-gatam*: onnipresente; *brahma*: Brahman; *nityam*: eterno; *yajñe*: nello *yajna*; *pratishthitam*: risiede/ è basato.

"Sappi che il lavoro proviene da Brahma, e Brahma proviene dall'Imperituro, perciò il Brahman onnipresente risiede eternamente nell'azione sacra."

3.16

*evam pravartitam cakram nanuvaratayati yab
agbayur indriyaramo mogham partha sa jivati*

evam: così; *pravartitam*: stabilito/ prescritto; *cakram*: ruota/ ciclo; *na*: non; *nanuvaratayati*: intraprende; *iba*: in questo mondo/ in questa vita; *yab*: uno che; *agha*: peccato/ crimine; *ayuh*: durata della vita; *indriya*: i sensi; *aramah*: cercando la felicità; *mogham*: senza beneficio; *partha*: o figlio di Pritha (Arjuna); *sa*: egli (questa persona); *jivati*: vive.

“O figlio di Pritha, chi non accetta di seguire questo ciclo (di azione) prescritto gode dei sensi con una longevità colpevole, e la sua vita è inutile.”

3.17

*yas tv atma ratir eva syad atma triptas ca manavah
atmany eva ca santustas tasya karyam na vidyate*

yah: uno che; *tu*: ma; *atma*: nell'*atman* (il Sé); *ratih*: attaccamento/ amore; *eva*: soltanto; *syat*: rimane; *atma*: nell'*atman*; *triptah*: soddisfatto; *ca*: e; *manavah*: un essere umano; *atmani*: nell'*atman* (il Sé); *eva*: soltanto; *ca*: e; *santushtah*: contento; *tasya*: di lui; *karyam*: dovere; *na*: non; *vidyate*: è conosciuto/ c'è.

“Un essere umano che ama il Sé certamente trova soddisfazione e la pace nel Sé. Questa persona non ha bisogno di compiere alcuna azione/ non ha doveri da compiere.”

3.18

*naiva tasya kriteranartha nakriteneha kascana
na casya sarva bhutesu kascid artha vyapasrayah*

na: non; *eva*: certamente; *tasya*: di lui; *kritena*: compiendo un dovere; *arthah*: scopo/ valore; *na*: non; *akritena*: non compiendo un dovere; *iha*: in questo mondo/ vita/ corpo; *kascana*: qualsiasi; *na*: non; *ca*: e; *asya*: di lui; *sarva-bhuteshu*: in tutti gli esseri viventi; *kascid*: qualcosa *artha*: scopo; *vyapasrayah*: che si rifugia in/ dipende da.

"Questa (persona) non ha alcun motivo di astenersi dalle attività/ dal dovere prescritto, così come non ha alcun motivo di compiere un qualche dovere. In questo mondo non dipende da nessuna altra creatura/ situazione/ oggetto per qualsiasi scopo."

3.19

*tasmad asaktah satatam karyam karma samacara
asakto hy acarana karma param apnoti purusah*

tasmat: perciò; *asaktab*: senza attaccamento; *satatam*: sempre; *karyam*: doveri; *karma*: azione/ lavoro; *samacara*: compì; *asaktab*: distaccato; *hi*: certamente; *acaram*: agendo/ mettendo in pratica; *karma*: lavoro/ azione; *param*: migliore/ supremo; *apnoti*: ottiene; *purushab*: una persona.

“Perciò dovresti sempre compiere le tue attività nel modo giusto ma senza attaccamento, perché compiendo un lavoro privo di egoismo l'uomo raggiunge il Supremo.”

3.20

*karmanaiva hi samsiddhim asthita janakadayah
loka sangraham evapi sampasyan kartum arhasi*

karmana: agendo; *eva*: anche; *hi*: certamente; *samsiddhim*: piena perfezione; *asthita*: situati; *janaka*: Janaka; *adayah*: e altri; *loka*: mondo/ gente; *sangraham*: in generale; *eva*: anche; *api*: persino; *sampasyan*: considerando; *kartum*: fare; *arhasi*: dovresti.

“Janaka e altri (come lui) raggiunsero il piano della perfezione attraverso il compimento di attività. Inoltre, dovresti tenere a mente il bene della gente in generale.”

3.21

*yad yad acarati sresthas tat tad evetaro janah
sa yat pramanam kurute lokas tad anuvartate*

yat yat: qualsiasi cosa; *acharati*: fa/ mostra con l'esempio; *sresthab*: un leader/ un superiore; *tat tat*: quella stessa (cosa); *eva*: certamente; *itarah*: un altro (ordinario); *janah*: persona/ gente/ mondo; *sah*: costui; *yat*: che cosa; *pramanam*: prova/ autorità; *kurute*: fa; *lokah*: persona/ gente/ mondo; *tat*: quello; *anuvartate*: segue.

“Qualsiasi cosa faccia chi è (considerato la persona) migliore, la massa delle persone comuni segue (l'esempio), poiché le sue attività sono (implicitamente) accettate come lo standard (autorevole) dal pubblico.”

3.22

*na me parthasti kartavyam trishu lokesu kincana
nanavapam avaptavyam varta eva ca karmani*

na: non; *me*: di me; *partha*: o figlio di Pritha (Arjuna); *asti*: c'è; *kartavyam*: (azione da compiere per) dovere; *trishu*: nei tre; *lokesu*: mondi; *kincana*: alcuna; *na*: non; *anavaptam*: che non è stata ottenuta; *avaptavyam*: che deve essere ottenuta; *varte*: io mi impegno; *eva*: certamente; *ca*: e (pure); *karmani*: nell'azione.

“O figlio di Pritha, in tutti i tre mondi non c'è (assolutamente) nulla che io debba fare o che voglia ottenere, eppure anch'io mi impegno nelle (giuste) attività.”

3.23

*yadi hi abam na varteriyam jatv karmany atandritah
mama vartmanuvartante manusyah partha sarvasab*

yadi: se; *hi*: certamente; *abam*: io; *na*: non; *verteriyam*: impegnato per dovere; *jatv*: mai; *karmani*: nelle azioni; *atandritah*: molto attento; *mama*: mio; *vartma*: modo di impegno; *anuvartante*: seguono; *manusyah*: esseri umani; *partha*: o figlio di Pritha (Arjuna); *sarvasab*: tutti.

“O Partha, se io decidessi di astenermi dall'attività, tutti gli esseri umani seguirebbero il mio esempio.”

3.24

*utsideyur ime loka na kuryam karma cet abam
sankarasya ca karta syam upabanyam imah prajah*

utsideyub: sarebbero rovinati; *ime*: questi; *lokab*: mondi/ popoli; *na*: non; *kuryam*: io non compissi; *karma*: lavoro/ dovere; *cet*: se; *abam*: io; *sankarasya*: di popolazione confusa; *ca*: e; *karta*: l'autore/ responsabile; *syam*: sarei; *upabanyam*: distrutti; *imah*: questi; *prajah*: esseri viventi.

“Se io non mi impegnassi nel mio lavoro, queste genti/ questi mondi subirebbero un disastro, e io sarei la causa della degradazione della società e della distruzione di queste creature.”

3.25

*saktab karmany avidvamso yatha kurvanti bharata
kuryad vidvams tathasaktas cikirsur loka sangraham*

saktab: attaccati; *karmani*: alle azioni; *avidvamsah*: coloro che sono privi di conoscenza; *yatha*: come; *kurvanti*: fanno; *bharata*: o discendente di Bharata (Arjuna); *kuryat*: dovrebbero fare; *vidvan*: colui che ha la conoscenza; *tatha*: come; *asaktab*: libero dall'attaccamento; *cikirsuh*: che desidera dare l'esempio; *loka*: la gente; *sangraham*: in generale.

"O Bharata (Arjuna), proprio come le persone ignoranti attaccate (ai risultati dell') azione si impegnano a lavorare, una persona che possiede la conoscenza dovrebbe lavorare (coscienziosamente) ma senza attaccamento, per (il bene della) gente in generale."

3.26

*na buddhi bhedam janayed ajnanam karma sanginam
josayet sarva karmani vidvan yuktab samacaran*

na: non; *buddhi*: intelligenza/ comprensione; *bhedam*: differenza; *janayet*: dovrebbe causare; *ajnanam*: di coloro che sono ignoranti/ sciocchi; *karma-sanginam*: di coloro che sono attaccati ai (risultati dell') azione; *josayet*: dovrebbe impegnare; *sarva-karmani*: in tutte le attività; *vidvan*: una persona che ha la conoscenza; *yuktab*: impegnata; *samacaran*: dimostrando in pratica.

"Una persona che ha la conoscenza non dovrebbe confondere la mente degli ignoranti che sono attaccati alle proprie azioni, ma anzi dovrebbe impegnarli in tutte le attività in uno spirito di collaborazione, dando personalmente il buon esempio."

3.27

*prakriteh kriyamanani gunaih karmani sarvasah
abankara vimudbatma kartaham iti manyate*

prakriteh: della natura; *kriyamanani*: sono compiute; *gunaih*: dalle qualità; *karmani*: le azioni; *sarvasah*: tutte; *abankara*: dall'*abankara* (falsa

identificazione); *vimudha*: molto sciocchi/ confusi; *atma*: il sé; *karta*: l'autore (che fa); *abam*: io (sono); *iti*: così; *manyate*: pensa/ crede.

"Tutte le attività sono (in realtà) compiute dalle qualità della natura, ma una persona sciocca che è confusa dall'egotismo pensa 'io sto facendo'."

3.28

*tattva vit tu maha babo guna karma vibhagayoh
guna gunesu vartanta iti matva na sajjate*

tattva: (effettiva) verità; *vit*: colui che conosce; *tu*: ma; *maha-babo*: (tu che hai) potenti braccia; *guna-karma-vibhagayoh*: la varietà di qualità e azioni; *gunah*: i *guna*; *gunesu*: nei *guna*; *vartanta*: che rimangono; *iti*: così; *matva*: essendo consapevole; *na*: non; *sajjate*: diventa attaccato/ influenzato.

"O (Arjuna) dalle potenti braccia, colui che conosce le cose così come sono veramente (è capace di comprendere) le varie qualità e attività, e quindi impegna le qualità/ tendenze nell'interazione con le appropriate qualità/ tendenze: questa consapevolezza lo mantiene libero dall'attaccamento."

3.29

*prakrter guna sammudbah sajjante guna karmasu
tan akritsna vido mandan kritsna vit na vicalayet*

prakrteb: della natura; *guna*: dalle qualità; *sammudbah*: illusi/ confusi; *sajjante*: diventano attaccati; *guna karmasu*: alle qualità (e) alle azioni/ alle attività delle qualità (*guna*); *tan*: loro; *akritsna-vidah*: che hanno una conoscenza insufficiente; *mandan*: ottusi/ stupidi; *kritsna-vit*: una persona che ha la conoscenza; *na*: non; *vicalayet*: dovrebbe turbare/ smuovere/ agitare.

"Coloro che sono confusi dalle qualità della natura rimangono attaccati alle attività dei *guna*/ alle qualità e alle attività. Una persona che ha la chiara conoscenza dell'azione non dovrebbe turbare la mente delle persone sciocche che non hanno la stessa comprensione."

3.30

*mayi sarvani karmani sannyasyadhyatma cetasa
nirasir nirmamo bhutva yudhyasva vigata jvarah*

mayi: a me; *sarvani*: tutte; *karmani*: le azioni; *sannyasya*: rinunciando; *adhyatma*: dell'*atman*; *cetasa*: nella consapevolezza; *nirasir*: senza desiderio; *nirmamah*: senza senso di possesso o appartenenza; *bhutva*: essendo; *yudhyasva*: dovresti combattere; *vigata*: libero da; *jvarah*: febbre.

"Dovresti combattere (questa battaglia) nella consapevolezza di dedicare a me tutte le tue azioni, senza desideri egoistici o senso di possesso, e senza pigrizia/ illusioni deliranti."

3.31

*ye me matam idam nityam anutisthanti manavah
sraddhavanto 'nasuyanto mucyante te 'pi karmabhib*

ye: coloro che; *me*: mio; *matam*: insegnamento; *idam*: questo; *nityam*: sempre; *anutisthanti*: seguono regolarmente/ si situano in; *manavah*: esseri umani; *sraddhavantah*: che sono fedeli/ hanno fede; *anasuyantah*: che sono privi di invidia; *mucyante*: diventano liberi; *te*: essi; *api*: persino; *karmabhib*: dalle attività.

"Quegli esseri umani che seguono sempre questo mio insegnamento, grazie alla loro fede e mancanza di invidia, diventano liberi dalle conseguenze dell'azione."

3.32

*ye tvedad abhyasuyanto nanutisthanti me matam
sarva jnana vimudham tan viddhi nastan acetasah*

ye: coloro che; *tu*: ma; *etat*: questo; *abhyasuyantah*: (perché sono) invidiosi; *na*: non; *anutisthanti*: seguono; *me*: mio; *matam*: insegnamento; *sarva*: tutta; *jnana*: la conoscenza; *vimudham*: completamente confusa/ sciocca; *tan*: loro; *viddhi*: sappi; *nastan*: distrutti/ perduti; *acetasah*: senza consapevolezza.

"Invece, coloro che non seguono i miei insegnamenti per malizia/ invidia sono confusi in tutto ciò che fanno. Sappi che (infine) saranno distrutti perché non hanno la vera comprensione."

3.33

*sadrisam cestate svasyah prakriter jnanavan api
prakritim yanti bbutani nigrabah kim karishyati*

sadrisam: a seconda; *cestate*: si sforza; *svasyah*: della propria; *prakriteh*: natura; *jnanavan*: chi ha conoscenza; *api*: persino; *prakritim*: natura; *yanti*: vanno (seguendo); *bbutani*: gli esseri viventi/ le situazioni nella vita; *nigrabah*: controllo/ repressione; *kim*: che cosa; *karishyati*: può fare.

"Anche una persona che ha la (giusta) conoscenza deve impegnarsi nelle azioni a seconda della propria natura. Tutti gli esseri incarnati devono seguire la propria natura: a che cosa serve la repressione?"

3.34

*indriyasyendriyasyartbe raga dvesau vyavasthitau
tayor na vasam agacchet tau hy asya paripanthinau*

indriyasya: dei sensi; *indriyasya*: dei sensi; *artbe*: nello scopo/ oggetto (dei sensi); *raga*: attrazione; *dvesau*: avversione/ repulsione; *vyavasthitau*: nell'interazione/ come programmato; *tayoh*: di essi; *na*: non; *vasam*: controllo; *agacchet*: dovrebbe andare; *tau*: entrambi; *hi*: certamente; *asya*: di lui; *paripanthinau*: ostacoli/ avversari.

"Attrazione e avversione sono programmate/ intese (come risultato) dell'interazione dei sensi con gli oggetti dei sensi; non bisogna cadere sotto il loro controllo, perché (attrazione e avversione) sono entrambi (considerate) ostacoli (sulla via del compimento del dovere)."

3.35

*sreyan sva dharmo vigunah para dharmat sv anusthitat
sva dharme nidhanam sreyah para dharmo bhayavahah*

sreyan: meglio; *sva*: proprio; *dharmab*: impegno etico naturale; *vigunab*: difettoso/ senza le (giuste) qualità; *para*: di altri; *dbarmat*: dall'impegno etico naturale; *su*: molto bene; *anushtitat*: compiuto con successo; *sva-dharme*: nel proprio *dharm*a; *nidhanam*: distruzione/ morte; *sreyab*: meglio; *para-dharmab*: il *dharm*a di altri; *bhaya*: paura; *avahab*: che porta.

"E' meglio compiere il proprio dovere anche se con qualche imperfezione o errore, o persino se questo significa morire o venire distrutti, piuttosto che impegnarsi con successo nel dovere di altri - cosa che costituisce una scelta pericolosa."

3.36

arjuna uvaca

*atha kena prayukto 'yam papam carati purushah
anicchann api varsneya balad iva niyojitat*

arjuna: Arjuna; *uvaca*: disse; *atha*: allora; *kena*: da cosa; *prayuktah*: costretto; *ayam*: questo; *papam*: peccato/ azione colpevole; *carati*: fa; *purushah*: un *purusha*; *anicchan*: senza desiderare; *api*: persino; *varsneya*: o (discendente) di Vrishni; *balat*: di forza; *iva*: come; *niyojitat*: legato.

Arjuna disse: "O discendente di Vrishni (Krishna), quale (potere) dunque spinge l'uomo a compiere azioni peccaminose/ negative, anche senza deciderlo coscientemente, come se fosse costretto con la forza?"

3.37

sri bhagavan uvaca

*kama esa krodha esa rajo guna samudbhavah
mahasano maha papma viddhy enam iba vairinam*

sri: meraviglioso; *bhagavan*: Signore; *uvaca*: disse; *kama*: lussuria; *esha*: questo; *krodha*: collera; *esa*: questo; *rajah*: passione; *guna*: qualità; *samudbhavah*: nato da; *maha*: grande; *asanah*: divoratore; *maha*: grande; *papma*: fonte di peccato; *viddhi*: sappi/ tu dovresti sapere; *enam*: questo; *iba*: qui; *vairinam*: nemico.

Il Signore disse: "Questo (potere) è (costituito da) desiderio e collera, e nasce dalla qualità della passione. Sappi che è il grande divoratore, la causa di grandi colpe, e il (più grande) nemico in questo mondo."

3.38

*dbumenavriyate vahnir yathadarso malena ca
yatholbenavrito garbbas tatha tenedam avritam*

dbumena: dal fumo; *avriyate*: è coperto; *vahnih*: il fuoco; *yatha*: come; *adarsah*: uno specchio; *malena*: dalla polvere; *ca*: e; *yatha*: similmente; *ulbena*: dall'utero; *avritah*: coperto; *garbbah*: l'embrione; *tatha*: similmente; *tena*: da essi; *idam*: questo; *avritam*: coperto.

"Come il fuoco è coperto dal fumo, come uno specchio è coperto dalla polvere e come l'embrione è coperto dall'utero, similmente questa (consapevolezza) è coperta da questi (lussuria e collera)."

3.39

*avritam jnanam etena jnanino nitya vairina
kama rupena kaunteya duspurenanalena ca*

avritam: coperta; *jnanam*: conoscenza; *etena*: da questi; *jnaninah*: di colui che sa; *nitya*: costante; *vairina*: dal nemico; *kama*: lussuria; *rupena*: dalla forma di; *kaunteya*: o figlio di Kunti (Arjuna); *duspurena*: mai sazio; *analena*: dal fuoco; *ca*: e.

"O figlio di Kunti (Arjuna), questi (lussuria e collera) coprono (persino) la conoscenza delle persone sagge. Sono un nemico costante, un fuoco che tutto consuma."

3.40

*indriyani mano buddhir asyadbisthanam ucyate
etair vimobayaty esha jnanam avritya dehinam*

indriyani: i sensi; *manah*: la mente; *buddhib*: l'intelletto; *asya*: di questa; *adbisthanam*: residenza; *ucyate*: è detta; *etaih*: da (tutti) questi; *vimobayati*: confonde (in molti modi); *esha*: questo; *jnanam*: la conoscenza; *avritya*: coprendo; *dehinam*: dell'(anima) incarnata.

"E' detto che i sensi, la mente e l'intelligenza sono le sedi di questa (lussuria rabbiosa), poiché questa (lussuria rabbiosa) confonde e copre la conoscenza degli esseri incarnati."

3.41

*tasmat tvam indriyani adau niyama bharatarsabha
papmanam prajahi hi enam jnana vijnana nasanam*

tasmat: perciò; *tvam:* tu; *indriyani:* i sensi; *adau:* fin dall'inizio; *niyama:* regolando (attraverso *yama* e *niyama*); *bharatarsabha:* o migliore tra i discendenti di Bharata (Arjuna); *papmanam:* la causa del peccato; *prajahi:* abbandona/ vinci; *hi:* certamente; *enam:* questo; *jnana:* conoscenza teorica; *vijnana:* conoscenza applicata; *nasanam:* che distrugge.

"Perciò, o migliore tra i Bharata (Arjuna), dovresti impegnare i sensi in modo regolato prima/ fin dall'inizio, e poi abbandonare completamente/ per vincere questa grande causa di azioni riprovevoli, che può distruggere la conoscenza e la saggezza."

3.42

*indriyani parani abur indriyebhyah param manah
manasas tu para buddhir yo buddheb paratas tu sah*

indriyani: i sensi; *parani:* superiore; *abuh:* sono detti; *indriyebhyah:* ai sensi; *param:* superiore; *manah:* la mente; *manasah:* alla mente; *tu:* ma; *para:* superiore; *buddhib:* intelletto; *yah:* quello; *buddheb:* all'intelligenza/ intelletto; *paratab:* superiore; *tu:* ma; *sah:* lui (l'*atman*/ il *purusha*).

I sensi sono superiori (a questa lussuria e collera/ alla materia grossolana), e la mente è superiore ai sensi. L'intelligenza è superiore alla mente, e lui (l'anima/ il *purusha*) è superiore all'intelletto."

3.43

*evam buddheb param buddhva samstabyatmanam atmana
jahi satrum maha babo kama rupam durasadam*

evam: così; *buddheb*: dell'intelletto; *param*: superiore; *buddhva*: comprendendo; *samstabhya*: stabilendo fermamente; *atmanam*: il sé; *atmana*: nel sé/ con la mente; *jabi*: vinci; *satrum*: il nemico; *maha-babo*: dalle potenti braccia; *kamarupam*: nella forma del desiderio; *durasadam*: formidabile.

“O (Arjuna) dalle potenti braccia, sapendo dunque che (tu sei/ ciò che è) superiore all'intelligenza, diventa stabile attraverso i tuoi sforzi/ concentra la mente nel sé, e vinci quel formidabile nemico (che è) la lussuria (incontrollata).”

Capitolo 4: Jnana yoga Lo yoga della conoscenza

4.1

sri bhagavan uvaca
imam vivasvate yogam proktavan aham anyayam
vivasvan manave praba manur ikshvakave 'bravit

sri: meraviglioso; *bhagavan*: Signore; *uvaca*: disse; *imam*: questo; *vivasvate*: a Vivasvan (Surya); *yogam*: Yoga; *proktavan*: istruito; *aham*: io; *anyayam*: eterno; *vivasvan*: Vivasvan; *manave*: a Manu; *praba*: disse; *manuh*: Manu; *ikshvakave*: a Ikshvaku; *abravit*: disse.

Il Signore disse: "Ho spiegato questa (scienza) eterna (dello) yoga a Vivasvan, e Vivasvan la insegnò a Manu, e Manu la trasmise a Ikshvaku."

4.2

evam parampara praptam imam rajarsayo viduh
sa kaleneha mahata yogo nastah parantapa

evam: così; *param para*: dalla persona precedente alla persona successiva; *praptam*: ottenuta; *imam*: questa; *rajarshayah*: dai Raja Rishi; *viduh*: compresero;

sab: questa (conoscenza dello *yoga*); *kaleneha*: con il tempo; *mabata*: molto; *yogab*: (la conoscenza dello) *yoga*; *nashtab*: distrutta/ perduta; *parantapa*: o tormento del nemico.

"O Parantapa (Arjuna), in questo modo i Raja Rishi hanno ricevuto questa (conoscenza) in una linea discendente, ma dopo molto tempo (questo) *yoga* è andato perduto."

4.3

*sa evayam maya te 'dya yogab proktab puratanab
bhakto 'si me sakha ceti rahasyam hy etad uttamam*

sab: quella (stessa); *eva*: certamente; *ayam*: questa; *maya*: da me; *te*: a te; *adya*: oggi; *yogab*: *yoga*; *proktab*: spiegata; *puratanab*: molto antica; *bhaktab*: devoto; *asi*: tu sei; *me*: a me; *sakha*: amico; *ca*: e; *iti*: così; *rahasyam*: segreto; *hi*: certamente; *etat*: questo; *uttamam*: supremo/ trascendentale.

"Oggi io (spiego) a te la stessa (conoscenza dello) *yoga* che venne discussa nei tempi antichi; (poiché) tu sei mio devoto e amico (io ti dò) questo segreto supremo."

4.4

*arjuna uvaca
aparam bhavato janma param janma vivasvatab
katham etad vijaniyam tvam adau proktavan iti*

arjuna: Arjuna; *uvaca*: disse; *aparam*: inferiore/ più giovane; *bhavatab*: tua; *janma*: nascita; *param*: superiore/ più anziano; *janma*: nascita; *vivasvatab*: di Vivasvan; *katham*: come; *etat*: questo; *vijaniyam*: dovrei comprendere; *tvam*: tu; *adau*: in origine; *proktavan*: tu abbia insegnato *iti*: così.

Arjuna disse: "Vivasvan apparve molto prima della tua (nascita), (perciò) è molto più anziano di te. Come posso concepire (l'idea) che all'inizio (della creazione) tu l'abbia istruito?"

4.5

*sri bhagavan uvaca
bahuni me vyatitani janmani tava carjuna
tany abam veda sarvani na tvam vettha parantapa*

sri: il meraviglioso; *bhagavan*: Signore; *uvaca*: disse; *bahuni*: molte; *me*: mie; *vyatitani*: sono passate; *janmani*: nascite/ vite; *tava*: tue; *ca*: e/ anche; *arjuna*: Arjuna; *tani*: quelle; *abam*: io; *veda*: io conosco; *sarvani*: tutte; *na*: non; *tvam*: tu; *vettha*: tu conosci; *parantapa*: o tu che ardi il nemico.

Il Signore disse: "O Arjuna, io e te abbiamo entrambi conosciuto molte vite. Io le ricordo tutte ma tu no, o Parantapa."

4.6

*ajo 'pi sann avyay bhutanam isvaro 'pi san
prakritim svam adbhishaya sambhavamy atma mayaya*

ajab: non-nato; *api*: sebbene; *san*: essendo; *avyaya-atma*: Sé imperituro; *bhutanam*: degli esseri viventi/ degli stati dell'essere; *isvarab*: il Signore Supremo; *api*: sebbene; *san*: essendo; *prakritim*: natura; *svam*: (mia) personale; *adbhishaya*: controllando/ situato; *sambhavami*: io nasco; *atma-mayaya*: attraverso il (mio) personale potere.

"Benché io sia non-nato e imperituro, e benché io sia il Signore Supremo delle creature/ degli stati dell'essere, sono presente in/ controllo questa *prakriti* che mi appartiene, e mi manifesto grazie al mio potere personale."

4.7

*yada yada hi dharmasya glanir bhavati bharata
abhyutthanam adharmasya tad atmanam srijamy abam*

yada yada: ogni volta; *hi*: certamente; *dharmasya*: del *dharm*; *glanib*: declino; *bhavati*: diventa; *bharata*: o discendente di Bharata (Arjuna); *abhyutthanam*: crescita; *adharmasya*: dell'*adharm*; *tada*: in quel momento; *atmanam*: me stesso; *srijami*: io creo/ manifesto; *abam*: io.

"O discendente di Bharata (Arjuna), ogni volta che il Dharma declina e l'Adharma cresce, io mi manifesto."

4.8

*paritranaya sadhunam vinasaya ca duskritam
dharma samsthapanarthaya sambhavami yuge yuge*

paritranaya: per la protezione/ la liberazione; *sadhunam*: delle persone buone; *vinasaya*: per la distruzione; *ca*: e; *duskritam*: dei malfattori; *dharma*: del *dharma*; *samsthapana*: stabilire pienamente; *arthaya*: per lo scopo di; *sambhavami*: mi manifesto; *yuge yuge*: di era in era.

"Io mi manifesto *yuga* dopo *yuga*, per proteggere le persone buone, distruggere i malfattori e stabilire il *dharma*."

4.9

*janma karma ca me divyam evam yo vetti tattvatah
tyaktva deham punar janma naiti mam eti so 'rjuna*

janma: nascita; *karma*: attività; *ca*: e; *me*: mie; *divyam*: divine; *evam*: così; *yah*: lui/lei; *vetti*: conosce; *tattvatah*: veramente; *tyaktva*: lasciando/ dopo aver lasciato; *deham*: il corpo; *punah*: di nuovo; *janma*: nascita; *na*: non; *eti*: raggiunge; *mam*: me; *eti*: raggiunge; *sah*: lui/ lei; *arjuna*: o Arjuna.

"O Arjuna, chi conosce veramente la natura divina della mia nascita e delle mie attività non è più costretto a nascere di nuovo dopo aver lasciato il corpo, ma viene a me."

4.10

*vita raga bhaya krodha man maya mam upasritah
bahavo jnana tapasa puta mad bhavam agatah*

vita: liberi da; *raga*: attaccamento; *bhaya*: paura; *krodha*: collera; *man-maya*: assorti in me; *mam*: in me; *upasritah*: prendendo rifugio; *bahavah*: molti; *jnana*

tapasa: con la conoscenza e l'austerità/ con l'austerità della conoscenza; *puta*: purificati; *mad-bhavam*: la mia natura; *agatab*: sono venuti.

"Molti che erano liberi dall'attaccamento, dalla paura e dalla collera, prendendo pienamente rifugio in me, sono stati purificati dall'austerità e dalla conoscenza, e hanno raggiunto la mia realizzazione."

4.11

*ye yatha mam prapadyante tams tathaiva bhajamy abam
mama vartmanuvartante manusyah partha sarvasah*

ye: coloro che; *yatha*: come; *mam*: me; *prapadyante*: si sottomettono a/ avvicinano; *tan*: essi; *tatha*: come; *eva*: certamente; *bhajami*: io ricambio (nello stesso modo); *abam*: io; *mama*: mia; *vartma*: via; *anuvartante*: seguono; *manusyah*: esseri umani; *partha*: o figlio di Pritha (Arjuna); *sarvasah*: tutti.

"O Partha, in proporzione a come si avvicinano a me, nello stesso modo io li ricambio. Tutti gli esseri umani seguono la mia via."

4.12

*kankshantah karmanam siddhim yajanta iba devatah
ksipram hi manuse loke siddhir bhavati karma ja*

kankshantah: desiderando/ pregando per; *karmanam*: delle attività; *siddhim*: perfezione/ successo; *yajante*: sacrificano/ adorano; *iba*: qui; *devatah*: ai Deva; *ksipram*: molto velocemente; *hi*: certamente; *manuse*: umano; *loke*: mondo/ società; *siddhir*: perfezione/ successo; *bhavati*: diventa; *karma-ja*: dall'azione.

"Quegli esseri umani che desiderano ottenere la perfezione nelle loro azioni adorano i Deva in questo mondo, poiché (in questo modo) la perfezione può essere raggiunta velocemente attraverso i propri sforzi."

4.13

*catur varnyam maya sristam guna karma vibhagasah
tasya kartaram api mam viddhy akartaram anyayam*

catub: quattro; *varnyam*: *varna*; *maya*: da me; *sristam*: creati; *guna*: qualità; *karma*: attività/ doveri; *vibhagasab*: divisi (in categorie); *tasya*: di quello; *kartaram*: l'autore; *api*: sebbene; *mam*: me; *viddhi*: dovresti sapere; *akartaram*: non l'autore; *avyayam*: imperituro.

"I quattro *varna* sono stati creati da me secondo le differenti qualità e attività, ma sebbene io sia il loro autore, sappi che io sono immutabile e distaccato dall'azione."

4.14

*na mam karmani limpanti na me karma phale spriha
iti mam yo 'bhijanati karmabhir na sa badhyate*

na: non; *mam*: me; *karmani*: le attività; *limpanti*: influenzano/ contaminano; *na*: non; *me*: me; *karma-phale*: dai risultati delle azioni; *spriha*: toccato; *iti*: così; *mam*: me; *yab*: uno che; *abhijanati*: conosce; *karmabhib*: dalle azioni; *na*: non; *sab*: lui/ lei; *badhyate*: è legato.

"Non sono influenzato dall'azione e non sono toccato dai risultati dell'azione. Chi comprende veramente questo (fatto) rimane a sua volta libero dall'azione."

4.15

*evam jnatva kritam karma purvair api mumuksubhib
kuru karmaiva tasmāt tvam purvaih purvataram kritam*

evam: così; *jnatva*: conoscendo; *kritam*: compirono; *karma*: azione/ lavoro/ doveri; *purvaih*: precedentemente; *api*: persino; *mumuksubhib*: coloro che desideravano la liberazione; *kuru*: fai; *karma*: azione/ lavoro/ doveri; *eva*: certamente; *tasmāt*: perciò; *tvam*: tu; *purvaih*: dagli antichi; *purvataram*: nei tempi antichi; *kritam*: compirono.

"Conoscendo questo (fatto), coloro che nelle ere precedenti desideravano raggiungere la liberazione si impegnarono nell'azione. Dovresti perciò compiere il tuo dovere proprio come fecero gli antichi."

4.16

*kim karma kim akarmeti kavayo 'py atra mobitah
tat te karma pravaksyami yaj jnatva moksyase 'subhat*

kim: che cosa; *karma*: azione; *kim*: che cosa; *akarma*: non-azione; *iti*: così; *kavayah*: gli eruditi; *api*: persino; *atra*: in questo (argomento); *mobitah*: sono confusi; *tat*: quello; *te*: a te; *karma*: (riguardo al) l'azione; *pravaksyami*: io dirò; *yaj*: ciò che; *jnatva*: conoscendo; *moksyase*: sarai liberato; *asubhat*: da ciò che è di cattivo augurio.

"Persino gli eruditi sono (talvolta) confusi riguardo a ciò che è *karma* e ciò che è *akarma*. Io ti dirò (ora) questa (conoscenza del) *karma*, e comprendendola diventerai libero da ogni negatività."

4.17

*karmano hi api bodbhavyam bodbhavyam ca vikarmanah
akarmanas ca bodbhavyam gabana karmano gatih*

karmanah: delle azioni (prescritte); *hi*: certamente; *api*: anche; *bodbhavyam*: deve essere compreso; *bodbhavyam*: deve essere compreso; *ca*: e; *vikarmanah*: dell'azione cattiva; *akarmanah*: della non-azione; *ca*: e; *bodbhavyam*: deve essere compreso; *gabana*: molto difficile; *karmanah*: delle azioni; *gatih*: lo scopo/ la vera natura.

"E' importante comprendere (il significato di) *karma* e (il significato di) *vikarma*, e (il significato) ancora più difficile (di) *akarma* (nel) *karma*."

4.18

*karmany akarma yab pasyed akarmani ca karma yab
sa buddhiman manusyesu sa yuktab kritsna karma krit*

karmani: (nelle) azioni; *akarma*: non-azione; *yab*: uno che; *pasyet*: vede/ trova; *akarmani*: (nelle) non-azioni; *ca*: e; *karma*: (come) azione; *yab*: lui/ lei; *sab*: lui/ lei; *buddhiman*: intelligente; *manusyesu*: tra gli esseri umani; *sab*: lui/ lei; *yuktab*: impegnato (nello Yoga); *kritsna-karma-krit*: che compie attività.

"Chi sa vedere *akarma* nel *karma* e *karma* nell'*akarma* è un essere umano intelligente e compie tutte le attività doverose impegnandosi nello *yoga*."

4.19

*yasya sarve samarambhab kama sankalpa varjitah
jnanagni dagdha karmanam tam abuh panditam budhab*

yasya: di uno che; *sarve*: tutti; *samarambhab*: i tentativi; *kama*: desiderio; *sankalpa*: intenzione; *varjitah*: abbandonato; *jnana*: della conoscenza; *agni*: con il fuoco; *dagdha*: bruciate; *karmanam*: le azioni; *tam*: lui/ lei; *abuh*: è detto; *panditam*: un *pandita*; *budhab*: (da coloro che sono) intelligenti.

"Coloro che sono intelligenti dichiarano che una persona veramente erudita è chi si è lasciato dietro tutte le imprese basate sulla determinazione per il piacere dei sensi personali, e ha così ridotto in cenere tutto il suo *karma* con il fuoco della conoscenza."

4.20

*tyaktva karma phala sangam nitya tripto nirasrayah
karmany abhipravritto 'pi naiva kincit karoti sab*

tyaktva: avendo abbandonato; *karma*: dell'azione; *phala*: i frutti; *sangam*: attaccamento a/ associazione con; *nitya*: sempre; *triptah*: soddisfatta; *nir*: senza; *asrayah*: rifugio; *karmani*: nel lavoro/ nelle attività; *abhi-pravrittab*: pienamente impegnata (come prima); *api*: sebbene; *na*: non; *eva*: certamente; *kincit*: qualsiasi cosa; *karoti*: fa; *sab*: lui/ lei (questa persona).

"Questa persona ha abbandonato ogni legame con i risultati delle azioni; è sempre soddisfatta e non dipende da nessun altro. Anche se è sempre impegnata in attività, non fa mai nulla."

4.21

*nirasir yata cittatma tyakta sarva parigrahah
sariram kevalam karma kurvan napnoti kilbisam*

nirasih: senza desideri/ richieste; *yata*: controllata; *citta*: consapevolezza; *atma*: il sé; *tyakta*: avendo lasciato; *sarva*: tutto; *parigrabah*: idea di possesso/ accettazione; *sariram*: corpo; *kevalam*: soltanto; *karma*: lavoro; *kurvan*: facendo; *na*: non; *apnoti*: ottiene; *kilbisham*: reazioni negative.

"Una persona che lavora senza desideri (egoistici), che controlla pienamente la consapevolezza, abbandona ogni senso di possesso e compie soltanto quelle attività che sono richieste per il (giusto mantenimento del) corpo/ compiendo le attività con il corpo soltanto (senza identificazione e attaccamento), non subisce mai reazioni negative, anche se si impegna nell'attività."

4.22

*yadriccha labha santusto dvandvatito vimatsarah
samah siddhan asiddhan ca kritvapi na nibadhyate*

yadriccha: spontaneamente; *labha*: ottenuto; *santustah*: soddisfatto; *dvandva*: dualità; *atitah*: andata oltre; *vimatsarah*: libera dall'invidia; *samah*: ugualmente equilibrata; *siddhan*: nel successo; *asiddhan*: e nel fallimento; *ca*: e; *kritva*: facendo; *api*: sebbene; *na*: non; *nibadhyate*: è legata.

"(Questa persona) è perfettamente soddisfatta di qualsiasi cosa ottenga naturalmente, è libera da dualità e invidia, ed è equilibrata nel successo e nel fallimento. Benché impegnata in attività, non ne è mai legata."

4.23

*gata sangasya muktasya jnanavasthita cetasah
yajnayacaratah karma samagram praviliyate*

gata: andato via; *sangasya*: di colui che è attaccato; *muktasya*: di colui che è libero; *jnana*: conoscenza; *avasthita*: situato; *cetasah*: la consapevolezza; *yajnaya*: a Yajna (Vishnu)/ al sacrificio; *acaratah*: che compie l'azione/ che lavora; *karma*: attività; *samagram*: il tutto; *praviliyate*: viene distrutto.

"Una persona che si è lasciata dietro ogni associazione/ la cui associazione è liberata, e la cui consapevolezza è fermamente

stabilita nella conoscenza, adora Yajna (Vishnu) in pratica (attraverso le sue azioni/ tutte le sue azioni diventano servizio devozionale) / lavora in uno spirito di sacrificio. Tutto il suo *karma* (le reazioni alle azioni) viene così distrutto."

4.24

*brahmarpanam brahma havir brahmagnau brahmana butam
brahmaiva tena gantaryam brahma karma samadbina*

brahma: Brahman; *arpanam*: il mestolo/ l'offerta; *brahma*: Brahman; *havir*: l'oblazione (di burro chiarificato ecc); *brahma*: Brahman; *agnau*: nel fuoco; *brahmana*: dal Brahman; *butam*: (è) versata (come offerta); *brahma*: Brahman; *eva*: certamente; *tena*: da lui; *gantaryam*: che deve essere raggiunto; *brahma*: Brahman; *karma*: attività; *samadbina*: nel *samadhi* (concentrazione completa).

"Lo scopo (di queste azioni) è trascendentale, le offerte sono trascendentali, il fuoco è trascendentale, l'atto dell'offerta è trascendentale, lo scopo da ottenere è trascendentale, e la consapevolezza è trascendentale."

4.25

*daivam evapare yajnam yoginah paryupasate
brahmagnav apare yajnam yanenaivopajuhvati*

daivam: Dio /l'insieme dei Deva; *eva*: certamente; *apare*: altri; *yajnam*: sacrificio; *yoginah*: *yogi*; *paryupasate*: adora perfettamente; *brahma*: Brahman; *agnau*: nel fuoco; *apare*: altri; *yajnam*: sacrificio; *yajnena*: con il sacrificio; *eva*: certamente; *upajuhvati*: offre.

"Alcuni *yogi* compiono lo *yajna* adorando perfettamente i Deva, altri compiono il sacrificio nel fuoco della Trascendenza offrendo il sacrificio stesso (come azione sacra) come oblazione."

4.26

*srotradinindriyany anye samyamagnisu jubvati
sabdadin vishayan anya indriyagnisu jubvati*

srotra: l'udito; *adini*: e gli altri (sensi); *indriyani*: i sensi; *anye*: altri; *samyama*: del controllo; *agnisu*: nei fuochi; *jubvati*: offre; *sabda*: il suono; *adin*: e gli altri; *vishayan*: oggetti dei sensi; *anye*: altri; *indriya*: dei sensi; *agnisu*: nel fuoco; *jubvati*: offre.

"Altri offrono (le attività dei) sensi, come l'udito ecc, nel fuoco dell'attività regolata /dell'astinenza, altri offrono gli oggetti (dei sensi) come il suono ecc, nel fuoco dei sensi come oblazione."

4.27

*sarvanindriya karmani prana karmani capare
atma samyama yogagnau jubvati jnana dipite*

sarvani: tutti; *indriya*: dei sensi; *karmani*: le attività; *prana*: del *prana*; *karmani*: le attività; *ca*: e; *apare*: altri; *atma*: il sé; *samyama*: controllato; *yoga*: dello *yoga*; *agnau*: nel fuoco; *jubvati*: offre; *jnana*: della conoscenza; *dipite*: con la lampada.

"Altri offrono tutte le attività di tutti i sensi e le attività del *prana*, e l'oblazione è costituita dal controllo del sé nel fuoco dello *yoga* alla luce della conoscenza."

4.28

*dravya yajnas tapo yajna yoga yajnas tathapare
svadhyaya jnana yajnas ca yatayab samsita vratab*

dravya: oggetti/ materiali; *yajnah*: sacrificio; *tapah*: austerità; *yajnah*: sacrificio; *yoga*: *yoga*; *yajnah*: sacrificio; *tatha*: similmente; *apare*: altri; *svadhyaya*: studio delle scritture; *jnana*: di conoscenza; *yajnah*: sacrificio; *ca*: e; *yatayab*: asceti; *samsita*: seri/ rigidi; *vratab*: voti.

"Altri sacrificano le loro ricchezze o compiono austerità come sacrificio, o si impegnano nello *yoga* come atto di sacrificio, o compiono il sacrificio attraverso lo studio delle scritture e la ricerca della conoscenza, o impegnandosi in rigidi voti."

4.29

*apane jubvati pranam prane 'panam tathapare
pranapana gati ruddhva pranayama parayanah*

apane: nell'*apana*; *jubvati*: offre; *pranam*: il *prana*; *prane*: nel *prana*; *apanam*: l'*apana*; *tatha*: similmente; *apare*: altri; *prana-apana*: di *prana* e *apana*; *gati*: il movimento; *ruddhva*: controllando; *pranayama*: il controllo del *prana*; *parayanah*: coloro che si dedicano a.

"Altri sacrificano l'*apana* nel *prana*, e il *prana* nell'*apana*, controllando sia *prana* che *apana*: questo metodo si chiama *pranayama*."

4.30

*apare niyataharah pranam pranesu jubvati
sarve 'py ete yajna vido yajna ksapita kalmasah*

apare: altri; *niyata*: controllata; *aharah*: assunzione di cibo; *pranam*: il *prana*; *pranesu*: nei *prana*; *jubvati*: offre; *sarve*: tutti; *api*: sebbene; *ete*: questi; *yajnah*: il sacrificio; *vidah*: che sa; *yajna-ksapita*: la purificazione del sacrificio; *kalmasah*: le reazioni negative.

"Altri sacrificano il *prana* nei *prana* digiunando/ sospendendo il respiro. Comunque, tutti questi sono conosciuti come atti di sacrificio, che purificano (la persona da) le reazioni negative (delle azioni)/ chi conosce questi sacrifici, purifica le proprie reazioni negative attraverso il potere del sacrificio."

4.31

*yajna sistamrita bhujanti brahma sanatanam
nayam loko 'sty ayajnyasya kuto 'nyah kuru sattama*

yajna: del sacrificio; *sista*: gli avanzati; *amrita*: il nettare; *bhujant*: che hanno mangiato/ gustato; *yanti*: vanno; *brahma-sanatanam*: il Brahman eterno; *na*: non; *ayam*: questo; *loka*: pianeta; *asti*: c'è; *ayajnyasya*: di chi non compie il sacrificio; *kutah*: dov'è; *anyah*: altro; *kuru-sattama*: o migliore tra i Kuru.

"O migliore tra i Kuru (Arjuna), coloro che accettano il nettare degli avanzi del sacrificio raggiungono la Trascendenza eterna. Coloro che non compiono il sacrificio non possono (avere nemmeno) (i benefici che possiamo trovare in) questo mondo, che dire di (raggiungere) un altro (mondo)/ qualcos'altro."

4.32

*evam babu vidha yajna vitata brahmano mukhe
karma jan viddhi tan sarvan evam jnatva vimoksyase*

evam: così; *babu:* molti; *vidha:* tipi di; *yajna:* sacrificio; *vitata:* si sono ramificati/ sono stati elaborati; *brahmanab:* dal Brahman/ dai *Veda*; *mukhe:* dalla bocca; *karma-jan:* nati dal lavoro/ dalle attività; *viddhi:* dovresti sapere; *tan:* essi; *sarvan:* tutti; *evam:* così; *jnatva:* sapendo; *vimoksyase:* diventerai libero.

"Esiste dunque una grande varietà di sacrifici, che si trovano ovunque/ ad ogni livello e sono rivolti al Brahman/ emanano dalla bocca del Brahman (Dio). Sapendo che tutti questi (sacrifici) sono nati dal lavoro, sarai liberato."

4.33

*sreyan dravya mayad yajnat jnana yajnah parantapa
sarvam karmakhilam partha jnane parisamapyate*

sreyan: migliore; *dravya:* possedimenti; *mayat:* fatto di; *yajnat:* del sacrificio; *jnana-yajnah:* (è) il sacrificio della conoscenza; *parantapa:* o distruttore del nemico (Arjuna); *sarvam:* tutte; *karma-akhilam:* le azioni nella loro totalità; *partha:* o figlio di Pritha (Arjuna); *jnane:* nella conoscenza; *parisamapyate:* termina.

"O Parantapa (Arjuna), migliore del sacrificio delle proprie ricchezze è il sacrificio della conoscenza. O Partha (Arjuna), l'intero scopo di tutte le attività (deve) culminare nella conoscenza."

4.34

*tad viddhi pranīpatena pariṣrasenena sevaya
upadeśyanti te jnanam jnaninas tattva darsinab*

tat: quello; *viddhi*: dovresti imparare; *pranīpatena*: prosternandoti; *pariṣrasena*: facendo domande in modo completo; *sevaya*: servendo; *upadeśyanti*: inizieranno; *te*: te; *jnanam*: (alla) conoscenza; *jnaninab*: i *jnani* (coloro che hanno la conoscenza); *tattva*: la verità; *darsinab*: che vedono.

"Dovresti imparare questa (conoscenza) avvicinando coloro che contemplan direttamente la Verità, facendo loro tutte le domande necessarie e offrendo loro servizio. Coloro che hanno la conoscenza ti inizieranno (a questa scienza)."

4.35

*yaj jnatva na punar moham evam yasyasi pandava
yena bbutany asesani drakṣyasi atmany atbo mayi*

yat: questa (conoscenza); *jnatva*: sapendo; *na*: non; *punah*: di nuovo; *moham*: illusione; *evam*: così; *yasyasi*: verrai; *pandava*: o figlio di Pandu (Arjuna); *yena*: con quella; *bbutani*: esseri viventi/ stati dell'essere; *asesani*: senza fine/ senza eccezioni; *drakṣyasi*: vedrai; *atmani*: nel Sé; *atba u*: cioè/ vale a dire; *mayi*: in me.

"O Pandava (Arjuna), sapendo questa (scienza) non cadrà mai nell'illusione, e vedrai direttamente tutti gli innumerevoli esseri viventi/ stati dell'essere nel Sé, e quindi in me."

4.36

*api ced asi papebhyah sarvebhyah papa krit -tamah
sarvam jnana plavenaiva vrijinam santariyasi*

api: benché; *cet*: se; *asi*: tu sei; *papebhyah*: dei peccatori; *sarvebhyah*: di tutti; *papa-krit-tamah*: il più grande peccatore; *sarvam*: tutti (questi peccati); *jnana-plavena*: con la nave della conoscenza; *eva*: certamente; *vrijinam*: (l'oceano di) cattiveria; *santariyasi*: attraverserai.

"Anche se tu fossi appesantito da molte azioni negative, dai più grandi peccati possibili, sarai capace di attraversare l'oceano di cose cattive usando la nave della conoscenza."

4.37

*yathaidhamsi samiddho 'gnir bhasma sat kurute 'rjuna
jnanagnih sarva karmani bhasma sat kurute tatha*

yatha: proprio come; *edhamsi*: pezzi di legna da ardere; *samiddhab*: ardente; *agnih*: il fuoco; *bhasma-sat*: in cenere; *kurute*: fa; *arjuna*: o Arjuna; *jnana-agnih*: il fuoco della conoscenza; *sarva-karmani*: tutto il *karma* (azioni e le loro reazioni); *bhasma-sat*: in cenere; *kurute*: fa; *tatha*: similmente.

"O Arjuna, proprio come il fuoco ardente trasforma in cenere la legna da ardere, similmente il fuoco della conoscenza trasforma in cenere tutto il *karma* (le reazioni alle azioni)."

4.38

*na hi jnanena sadrisam pavitram iba vidyate
tat svayam yoga samsiddhab kalenatmani vindati*

na: non; *hi*: certamente; *jnanena*: della conoscenza; *sadrisam*: a paragone; *pavitram*: puro/ santo; *iba*: qui (in questo mondo/ corpo); *vidyate*: è conosciuto (esistere); *tat*: quello; *svayam*: sé stesso; *yoga-samsiddhab*: (stabilito) nella perfezione dello *yoga*; *kalena*: nel corso del tempo; *atmani*: nel Sé; *vindati*: realizza/ raggiunge/ trova piacere.

"In questo mondo non c'è nulla che sia puro/ sacro quanto la conoscenza. Chi raggiunge la perfezione in (questo) *yoga* arriva a trovare la piena felicità nel Sé nel corso del tempo."

4.39

*sraddhaval labhate jnanam tat parah samyatendriyah
jnanam labdhva param santim acirenadigacchati*

sraddha-van: una persona che ha fede; *labbate*: ottiene; *jnanam*: conoscenza; *tat-parah*: devota a; *samyata*: controllati; *indriyah*: i sensi; *jnanam*: conoscenza; *labdhva*: ottenendo; *param*: suprema; *santim*: pace; *acirena*: molto presto; *adigacchati*: raggiunge.

"Una persona che ha fede e controlla i sensi concentrandosi su quello scopo (può) ottenere la conoscenza, e chi ha ottenuto la conoscenza trova ben presto la pace."

4.40

*ajnas ca sraddhadhanas ca samsayatma vinasyati
nayam loko 'sti na paro na sukham samsayatmanah*

ajnah: uno sciocco/ ignorante; *ca*: e; *asraddha-dhanah*: uno che non ha fede; *ca*: e; *samsaya atma*: uno che dubita (sempre); *vinasyati*: perisce/ è (impegnato nella) autodistruzione; *na*: non; *ayam*: in questo; *lokah*: mondo; *asti*: c'è; *na*: non; *parah*: nella prossima vita; *na*: non; *sukham*: felicità; *samsaya*: dubbio; *atmanah*: del Sé.

"Una persona che non ha conoscenza e fede e non è capace di superare i dubbi sarà perduta. Per chi è afflitto (in modo permanente) dall'incertezza non c'è felicità né in questo mondo né nel prossimo."

4.41

*yoga sannyasta karmanam jnana sanchinna samsayam
atmavantam na karmani nibadhnanti dhananjaya*

yoga-sannyasta: una persona che ha raggiunto la rinuncia attraverso lo *yoga*; *karmanam*: delle attività; *jnana*: con la conoscenza; *sanchinna*: taglia; *samsayam*: il dubbio; *atma-vantam*: situato nell'*atman*; *na*: non; *karmani*: attività; *nibadhnanti*: creano legami; *dhananjaya*: o Dhananjaya (conquistatore di ricchezze).

"Una persona che pratica la rinuncia / ha raggiunto il distacco dalle azioni attraverso lo *yoga* e ha tagliato tutti i dubbi con (la spada della) conoscenza, risiede nel Sé/ vede che i suoi desideri si rivolgono verso il Sé. O Dhananjaya (conquistatore di ricchezze), questa persona non è mai legata dall'azione."

*tasmad ajnana sambhutam brit stham jnanasinatmanah
chittvainam samsayam yogam uttishthottishtha bharata*

tasmad: perciò; *ajnana-sambhutam*: creati dall'ignoranza; *brit-stham*: radicati nel cuore; *jnana-asina*: con la spada della conoscenza; *atmanah*: del Sé/ riguardo al Sé; *chittva*: tagliando; *enam*: questo; *samsayam*: dubbio; *yogam*: nello *yoga*; *utishthta*: (fermamente) situato/ stabilito/ prendendo rifugio in; *uttishthta*: alzati (per la battaglia); *bharata*: o discendente di Bharata.

“Perciò, o Bharata, alzati e combatti, stabilendoti fermamente nello *yoga* e usando la spada della conoscenza per tagliare tutti questi dubbi che sono nati dall'ignoranza e infestano il cuore.”

Capitolo 5: Sannyasa yoga Lo yoga della rinuncia

5.1

*arjuna uvaca
sannyasam karmanam krisna punar yogam ca samsasi
yat chreya etayoh ekam tan me bruhi su niscitam*

arjuna: Arjuna; *uvaca*: disse; *sannyasam*: *sannyasa*; *karmanam*: delle attività/ dei doveri; *krishna*: o Krishna; *punah*: di nuovo; *yogam*: *yoga*; *ca*: e; *samsasi*: stai lodando; *yat*: quello; *chreya*: il bene maggiore; *etayoh*: dei due; *ekam*: uno; *tat*: quello; *me*: a me; *bruhi*: spiega; *su-niscitam*: assolutamente senza dubbio.

Arjuna disse: “O Krishna, tu hai lodato il *sannyasa* (la rinuncia a ogni azione) e poi (hai lodato) lo *yoga*. Ti prego di dirmi quale di questi due sia il migliore, senza alcun dubbio.”

5.2

*sri bhagavan uvaca
sannyasah karma yogas ca nirsreyasa karav ubhau
tayos tu karma sannyasat karma yogo visisyate*

sri: il meraviglioso; *bhagavan*: Signore; *uvaca*: disse; *sannyasah*: *sannyasa*; *karma-yogah*: *karma yoga*; *ca*: e; *nirsreyasa*: del bene maggiore; *karau*: che fa/ porta a; *ubhau*: entrambi; *tayoh*: dei due; *tu*: ma; *karma-sannyasat*: (rispetto) alla rinuncia alle attività; *karma-yogah*: l'impegno nell'azione (nella consapevolezza trascendentale); *visisyate*: è meglio.

Il Signore disse: "Entrambe queste (vie), il *sannyasa* (la rinuncia) e il *karma yoga* (lo *yoga* dell'azione) porteranno il beneficio maggiore, ma il *karma yoga* (lo *yoga* dell'azione) è meglio del *karma sannyasa* (la rinuncia all'azione)."

5.3

*jneyah sa nitya sannyasi yo na dvesti na kanksati
nirdvandvo hi maha babo sukham bandhat pramucyate*

jneyah: deve essere conosciuto; *sah*: lui/ lei; *nitya*: sempre; *sannyasi*: *sannyasi*; *yah*: lui/ lei; *na*: non; *dvesti*: odia; *na*: non; *kanksati*: aspira a; *nirdvandvah*: non-dualità; *hi*: in verità; *maha-babo*: o Mahabaho ("dalle potenti braccia"); *sukham*: facilmente; *bandhat*: dai legami; *pramucyate*: diventa completamente liberato.

"Bisogna sapere che il (vero) *sannyasi* (che si trova nella rinuncia) permanente non odia/ aborrisce nulla e non aspira (a nulla), e/ poiché è certamente (sempre) libero dalla dualità. O (Arjuna) dalle potenti braccia, (questa persona) diventa completamente liberata da (tutti i) legami, molto facilmente."

5.4

*sankhya yogau prithag balah pravadanti na panditah
ekam apy asthitah samyag ubhayor vindate phalam*

sankhya: il Sankhya; *yogau*: e lo *yoga*; *prithak*: differenti; *balab*: infantili; *pravadanti*: dicono/ dichiarano; *na*: non / mai; *panditab*: i *pandit* ("esperti nella conoscenza"); *ekam*: in uno; *api*: sebbene; *asthitab*: situato; *samyak*: completamente; *ubhayob*: di entrambi; *vindate*: gode; *phalam*: dei risultati.

"Soltanto le persone infantili, e non i *pandita*, parlano del *sankhya* e dello *yoga* come di due sentieri differenti. In effetti chi è fermamente situato in uno di essi raggiunge lo scopo finale di entrambi."

5.5

*yat sankhyaib prapyate sthanam tad yogair api gamyate
ekam sankhyam ca yogam ca yah pasyati sa pasyati*

yat: ciò che; *sankhyaib*: con il *sankhya*; *prapyate*: si ottiene; *sthanam*: posizione; *tat*: quello; *yogair*: con lo *yoga*; *api*: persino; *gamyate*: può essere ottenuto; *ekam*: uno soltanto; *sankhyam*: *sankhya*; *ca*: e; *yogam*: *yoga*; *ca*: e; *yah*: lui/ lei; *pasyati*: vede; *sah*: lui/ lei; *pasyati*: vede (correttamente).

"Lo (stesso) scopo/ posizione / meta che si raggiunge attraverso il *sankhya* si ottiene anche con lo *yoga*. Chi vede il *sankhya* e lo *yoga* come lo stesso metodo, vede (davvero/ in modo corretto)."

5.6

*sannyasas tu maha baho dubkham aptum ayogatab
yoga yukto munir brahma na cirenadhigacchati*

sannyasab: *sannyasa*; *tu*: ma; *maha-baho*: o Mahabaho ("dalle potenti braccia"); *dubkham*: sofferenza; *aptum*: afflitto; *ayogatab*: senza lo *yoga*; *yoga-yukto*: impegnato nello *yoga*; *munib*: il saggio; *brahma*: Brahman; *na*: non: *cirena*: ritardo; *adhigacchati*: raggiunge.

"O (Arjuna) dalle potenti braccia, il *sannyasa* (la rinuncia) senza *yoga* (adeguato impegno) produce soltanto sofferenza / si raggiunge con difficoltà; chi è impegnato nello *yoga* è un *muni* (una persona saggia) e ben presto raggiunge il Brahman."

5.7

*yoga yukto visuddhatma vijitatma jitendriyah
sarva bhutatma bhutatma kurvann api na lipyate*

yoga-yuktab: impegnato nello *yoga*; *visuddha-atma*: (avendo) purificato sé stesso; *vijita-atma*: (avendo) controllato sé stesso; *jita-indriyah*: (avendo) vinto i sensi; *sarva-bhuta-atma*: il sé di tutti gli esseri viventi; *bhuta-atma*: il sé dell'esistenza; *kurvan*: facendo; *api*: persino; *na*: non; *lipyate*: è toccato.

"Una persona che si è purificata attraverso l'impegno nello *yoga*, vincendo sé stessa e controllando i sensi, si considera l'*atman* che è lo stesso *atman*/ la stessa esistenza di tutti gli esseri viventi. Pur essendo impegnata (nelle attività) non ne è mai toccata."

5.8

*naiva kincit karomiti yukto manyeta tattva vit
pasyan srinvan sprisan jigbrann asnan gacchan svapan svasan*

na: non; *eva*: certamente; *kincit*: qualcosa; *karomi*: io faccio; *iti*: così; *yuktab*: impegnato; *manyeta*: pensa/ dovrebbe pensare; *tattva-vit*: ch conosce la realtà; *pasyan*: vedendo; *srinvan*: ascoltando; *sprisan*: toccando; *jigbran*: odorando; *asnan*: mangiando; *gacchan*: andando; *svapan*: sognando / dormendo; *svasan*: respirando.

"Uno *yogi* pensa / dovrebbe pensare, 'Non sono io che agisco'. Chi conosce la verità (si impegna nelle attività di) vedere, sentire, toccare, odorare, mangiare, andare, sognare, respirare,

5.9

*pralapan visrijan gribnann unmisan nimisann api
indriyanindriyarthesu vartanta iti dharayan*

pralapan: parlando; *visrijan*: lasciando; *gribnan*: accettando/ prendendo; *unmishan*: aprendo; *nimisban*: chiudendo (gli occhi); *api*: sebbene; *indriyani*: i sensi; *indriya-artshesu*: negli oggetti/ nello scopo dei sensi; *vartante*: che siano; *iti*: così; *dharayan*: meditando.

parlare, lasciare / abbandonare, accettare /prendere, aprire e chiudere (gli occhi), ma medita che i sensi devono essere naturalmente impegnati negli oggetti dei sensi (e non si identifica con essi)."

5.10

*brahmany adbhaya karmani sangam tyaktva karoti yah
lipyate na sa papena padma patram ivambhasa*

brahmani: nel Brahman; *adbhaya*: sottomettendo/ affidando; *karmani*: tutte le attività/ tutti i doveri; *sangam*: associazione/ affiliazione / attaccamento; *tyaktva*: abbandonando; *karoti*: fa; *yah*: lui/ lei; *lipyate*: viene toccato; *na*: non; *sah*: lui/ lei; *papena*: dalle azioni proibite; *padma-patram*: la foglia del loto; *iva*: come; *ambhasa*: dall'acqua.

"Sottomettendo/ collegando/ armonizzando tutte le attività al Brahman, abbandonando ogni (identificazione e) associazione, non si è mai toccati dalle conseguenze negative / peccato dell'azione negativa, proprio come una foglia di loto non è mai toccata dall'acqua."

5.11

*kayena manasa buddhya kevalair indriyaiḥ api
yogināḥ karma kurvanti sangam tyaktva ātma-suddhaye*

kayena: con il corpo; *manasa*: con la mente; *buddhya*: con l'intelligenza; *kevalaiḥ*: soltanto; *indriyaiḥ*: con gli organi di senso; *api*: anche; *yogināḥ*: gli *yogi*; *karma*: i doveri/ le attività; *kurvanti*: fanno; *sangam*: associazione /affiliazione/ attaccamento; *tyaktva*: abbandonando; *ātma-suddhaye*: per la purificazione di sé.

"Gli *yogi* compiono attività con il corpo, la mente, l'intelligenza e i sensi soltanto, e purificano sé stessi abbandonando l'identificazione /l'associazione/ l'attaccamento."

5.12

*yuktab karma phalam tyaktva santim apnoti naisthikim
ayuktab kama karena phale sakti nibadhyate*

yuktab: uno che è impegnato (nello *yoga*); *karma-phalam*: il frutto delle attività/ dei doveri; *tyaktva*: abbandonando; *santim*: la pace; *apnoti*: ottiene; *naisthikim*: permanente; *ayuktab*: uno che non è impegnato (nello *yoga*); *kama-karena*: motivato dal desiderio (di piacere); *phale*: ai frutti; *sakti*: attaccato; *nibadhyate*: diventa legato.

"Lo *yogi* rinuncia al risultato dell'attività e (quindi) ottiene la pace duratura. Chi non è uno *yogi* viene legato dai risultati dell'azione che ha desiderato (ottenere) attraverso l'azione."

5.13

*sarva karmani manasa sannyasyaste sukham vasi
nava dvare pure dehi naiva kurvan na karayan*

sarva-karmani: tutte le attività/ i doveri; *manasa*: con la mente; *sannyasya*: rinunciando; *aste*: rimane; *sukham*: facilmente/ felicemente; *vasi*: chi controlla; *nava-dvare*: dalle nove porte; *pure*: nella città; *dehi*: uno che ha un corpo; *na*: non; *eva*: certamente; *kurvan*: facendo; *na karayan*: non fa compiere.

"Chi ha rinunciato regolarmente a tutte le (varie) azioni nella propria mente vive felice nella città dalle nove porte che è il suo corpo; non compie nulla e non fa compiere nulla/ non diventa mai la causa diretta o indiretta dell'azione."

5.14

*na kartritvam na karmani lokasya srijati prabhub
na karma phala samyogam svabhavas tu pravartate*

na: non; *kartritvam*: l'identificazione come autore o agente; *na*: non; *karmani*: attività; *lokasya*: della gente; *srijati*: manifesta/ crea; *prabhub*: il signore; *na*: non; *karma-phala-samyogam*: il collegamento con il frutto delle attività; *svabhavas*: la propria natura; *tu*: ma; *pravartate*: agisce.

"Il signore/ padrone (della città dalle nove porte, cioè il corpo) non crea/ manifesta l'idea di essere la causa delle azioni compiute da (altre) persone. Perciò non è impegnato dai risultati delle attività. E' soltanto la sua natura che agisce."

5.15

*nadatte kasyacit papam na caiva sukritam vibhub
ajnanenavritam jnanam tena muhyanti jantavah*

na: non; *adatte*: accetta; *kasyacit*: di nessuno; *papam*: demeriti/ peccati/ colpe; *na*: non; *ca*: e; *eva*: certamente; *sukritam*: meriti/ virtù/ crediti; *vibhub*: il potente (Signore); *ajnanena*: dall'ignoranza; *avritam*: coperta; *jnanam*: la conoscenza; *tena*: da quella; *muhyanti*: diventano confuse; *jantavah*: le persone.

"Il (Signore) (onni)potente non accetta/ considera i meriti o i demeriti di nessuno. (Il problema) è (dovuto soltanto) agli esseri viventi, che sono confusi perché la loro conoscenza è coperta dall'ignoranza."

5.16

*jnanena tu tad ajnanam yesam nasitam atmanah
tesam aditya vaj jnanam prakasayati tat param*

jnanena: dalla conoscenza; *tu*: ma; *tat*: quella; *ajnanam*: mancanza di conoscenza; *yesam*: di quelle (persone); *nasitam*: è distrutta; *atmanah*: dell'*atman*; *tesam*: di loro; *aditya-vat*: come il Sole; *jnanam*: la conoscenza; *prakasayati*: manifesta/ mostra direttamente; *tat*: Quello; *param*: il Supremo.

"Per coloro la cui *ajnana* (ignoranza) è distrutta dalla (percezione del) Sé attraverso *jnana* (la conoscenza), questa Conoscenza, simile al Sole (radioso), rivela la più alta (consapevolezza/ identità/ realtà)."

5.17

*tad buddhaya tad atmanas tan-nisthas tat parayanah
gacchanty apunar avritim jnana nirbhuta kalmash*

tat: Quello (Atman/ Brahman); *buddhayab*: coloro che hanno (questa) intelligenza; *tat-atmanab*: coloro che si identificano con Quello; *tat-nisthab*: coloro che hanno fede in Quello; *tat-parayanab*: coloro che sono dedicati/ devoti a Quello; *gacchanti*: vanno; *apunab-avrittim*: non ricadono; *jnana*: con la conoscenza; *nirdhuta*: distrutto/ eliminato; *kalmasab*: impurità/ contaminazione.

"Coloro che comprendono / realizzano Quello (la Trascendenza), si identificano con Quello, rimangono fedeli a Quello, e si dedicano completamente a Quello, raggiungono la liberazione dalla quale non si ricade più, poiché le loro impurità sono state eliminate dalla Conoscenza."

5.18

*vidya vinaya sampanne brahmane gavi hastini
suni caiva sva pake ca panditab sama darsinab*

vidya: con la conoscenza divina; *vinaya*: e con gentilezza/ umiltà/ mancanza di arroganza; *sampanne*: dotato; *brahmane*: nel *brahmana*; *gavi*: nella mucca; *hastini*: nell'elefante; *suni*: nel cane; *ca*: e; *eva*: certamente; *sva-pake*: nel mangiatore di cani; *ca*: e; *panditab*: persone di conoscenza; *sama-darsinab*: vedono in modo equanime.

"I *pandita* (le persone di conoscenza) vedono con uguale (cordialità) il *brahmana* colto e gentile, la mucca e l'elefante, e anche il cane e il (selvaggio) che mangia cani."

5.19

*ibaiva tair jitab sargo yesam samye sthitam manab
nirdosam hi samam brahma tasmad brahmani te sthitab*

iba: qui; *eva*: certamente; *taib*: da loro; *jitab*: vinta; *sargab*: rinascita; *yesam*: di loro; *samye*: nell'equanimità; *sthitam*: stabiliti; *manab*: la mente; *nirdosam*: senza difetti; *hi*: certamente; *samam*: equanimità; *brahma*: Brahman; *tasmad*: perciò; *brahmani*: nel Brahman; *te*: loro; *sthitab*: stabiliti.

"Coloro che, in questa stessa vita/ in questo stesso corpo, hanno vinto la rinascita, hanno stabilito la loro mente nell'equanimità. Questa visione equanime è certamente pura/ libera da ogni difetto, perché lo stesso Brahman (puro) è (in tutto ciò che esiste). Perciò sono (fermamente) stabiliti nel Brahman."

5.20

*na prabrisyēt priyam praṇya nodvijet praṇya capriyam
sthira buddhir asammudho brahma vid brahmani sthitah*

na: non; *prabrisyēt*: esulta; *priyam*: ciò che piace; *praṇya*: ottenendo; *na*: non; *udvijet*: diventa turbato; *praṇya*: ottenendo; *ca*: e; *apriyam*: ciò che non piace; *sthira-buddhib*: intelligenza stabile; *asammudhah*: libera dalla confusione; *brahma-vid*: chi conosce il Brahman; *brahmani*: nel Brahman; *sthitah*: situato.

"Un Brahma-vit (chi conosce il Brahman) non esulta nell'ottenere ciò che è piacevole/ desiderabile e non si agita nell'ottenere ciò che è spiacevole/ non desiderabile. Ha un'intelligenza stabile ed è libero dall'illusione, perché è fermamente situato nel Brahman."

5.21

*bahya sparsesv asaktatma vindaty atmani yat sukham
sa brahma yoga yuktatma sukham aksayam asnute*

bahya-sparsesv: nei contatti esterni; *asakta-atma*: chi non è attaccato; *vindati*: trova piacere; *atmani*: nell'*atman*; *yat*: che; *sukham*: felicità; *sab*: lui/ lei; *brahma-yoga*: con il Brahma Yoga; *yukta-atma*: collegato sé stesso; *sukham*: felicità; *aksayam*: permanente/ inesauribile; *asnute*: sperimenta.

"Distaccato dal contatto con le (cose) esterne, trova felicità nel piacere del Sé. Questa persona è impegnata nel Brahma yoga, e gode di una felicità inesauribile."

5.22

*ye hi samsparsa ja bhoga dukkha yonaya eva te
ady antavantah kaunteya na tesu ramate budhah*

ye: coloro; *hi*: certamente; *samsparśa-jab*: nati dal contatto (dei sensi con gli oggetti dei sensi); *bhoga*: piaceri; *dubkha-yonayab*: la matrice della sofferenza; *eva*: certamente; *te*: loro; *adi-antavanta*: che hanno un inizio e una fine; *kaunteya*: o Kaunteya (figlio di Kunti); *na*: non; *teshu*: in essi; *ramate*: trova piacere; *budhab*: una persona intelligente.

"Quei piaceri che derivano dal contatto con (gli oggetti dei sensi) sono la causa di dispiaceri futuri, perché hanno un inizio e una fine. Perciò, o figlio di Kunti, una persona intelligente non vi cerca la felicità."

5.23

*saknotibaiva yab sodhum prak sarira vimoksanat
kama krodhbhavam vegam sa yuktab sa sukhi narab*

saknoti: è capace; *iba eva*: persino qui; *yab*: lui; *sodhum*: di sopportare; *prak*: prima; *sarira-vimoksanat*: di essere liberato dal corpo; *kama-krodhab*: dalla lussuria e dalla collera; *udbhavam*: generato; *vegam*: l'impulso; *sab*: lui; *yuktab*: uno *yogi*; *sab*: lui; *sukhi*: felice; *narab*: essere umano.

"Chi già qui (in questa vita/ in questo corpo) prima di essere liberato dal corpo, è capace di sopportare l'impatto di lussuria e collera, è uno *yogi* e un essere umano felice."

5.24

*yo 'ntab sukho 'ntar aramas tathantar jyotir eva yab
sa yogi brahma nirvanam brahma bhuto 'dbigacchati*

yab: che; *antab-sukhab*: felice interiormente; *antab aramab*: che trova piacere interiormente; *tatha*: e anche; *antab-jyotib*: la cui luce è interiore; *eva*: certamente; *yab*: che; *sab*: lui; *yogi*: uno *yogi*; *brahma-nirvanam*: nel Brahma nirvana; *brahma-bhutat*: la posizione del Brahman; *adbigacchati*: raggiunge.

"Chi è felice interiormente (nel sé), chi trova piacere interiormente (nel sé), chi trova la luce/ l'illuminazione interiormente (nel sé) è uno *yogi* che raggiunge il Brahma Nirvana e l'esistenza/ la realizzazione del Brahman."

5.25

*labhante brahma nirvanam risayah ksina kalmasah
chinna dvaidha yatatmanah sarva bhuta hite ratah*

labhante: ottengono; *brahma-nirvanam*: il *brahma nirvana*; *risayah*: i Rishi; *ksina-kalmasah*: purificati dalle impurità; *chinna-dvaidha*: avendo tagliato i dubbi; *yata-atmanah*: avendo controllato sé stessi; *sarva-bhuta*: per tutti gli esseri viventi; *hite*: per il bene; *ratah*: impegnato/ dedicato/ attaccato.

"I (saggi) che vedono (la Realtà) raggiungono il *brahma nirvana* (poiché) sono stati purificati da (tutti) i difetti/ le colpe e hanno tagliato (tutti) i dubbi (le illusioni di dualità), impegnandosi nel (lavoro per il) bene di tutti gli esseri viventi.

5.26

*kama krodha vimuktanam yatinam yata cetasam
abbho brahma nirvanam vartate viditatmanam*

kama-krodha-vimuktanam: di coloro che sono completamente liberi dalla lussuria e dalla collera; *yatinam*: di coloro che sono rinuncianti/ regolati; *yata-cetasam*: che controllano la propria consapevolezza; *abbho*: garantito; *brahma-nirvanam*: il *brahma nirvana*; *vartate*: c'è; *vidita-atmanam*: di coloro che hanno realizzato l'*atman*.

"Le persone sante che sono completamente libere dalla lussuria e dalla collera e hanno la consapevolezza fermamente stabilita (nel Brahman), che hanno realizzato il Sé: (per loro) c'è il *brahma nirvana* molto presto/ in un modo o nell'altro."

5.27

*sparsan kritva bahir bahyams cakshus caivantare bhruvoh
pranapanau samau kritva nasabhyantara carinau*

sparsan: oggetti dei sensi; *kritva*: facendo; *bahir*: esternamente; *bahyan*: esterni; *cakshuh*: gli occhi; *ca*: e; *eva*: certamente; *antare*: all'interno; *bhruvoh*: delle

sopracciglia; *prana-apanau*: il *prana* e l'*apana*; *samau*: equilibrio; *kritva*: facendo; *nasa-abhyantara*: all'interno delle narici; *carinau*: che si muovono.

"Mantenendo fuori (dalla sua attenzione) gli (oggetti/ interessi) esterni e fissando gli occhi sullo spazio interno tra le sopracciglia, equilibrando il *prana* e l'*apana*, controllando il respiro nelle narici,

5.28

*yatendriya mano buddhir munir moksa parayanah
vigateccha bhaya krodho yab sada mukta eva sab*

yata-indriya-manah-buddhib: che ha controllato i sensi, la mente e l'intelligenza; *munib*: il *muni*; *moksa-parayanah*: (pienamente) dedito alla liberazione; *vigata-iccha-bhaya-krodhab*: che è andato oltre (ogni) desiderio, paura e rabbia; *yab*: lui; *sada*: sempre; *muktab*: liberato; *eva*: certamente; *sab*: lui.

controllando i sensi, la mente e l'intelligenza, il *muni* (il saggio silenzioso) che è pienamente dedito a *moksha* (la liberazione), libero da tutti i desideri, dalla paura e dalla rabbia, è certamente sempre liberato."

5.29

*bboktaram yajna tapasam sarva loka mahesvaram
subridam sarva bbutanam jnatva mam santim ricchati*

bboktaram: il beneficiario; *yajna-tapasam*: dei sacrifici e delle austerità; *sarva-loka-mahesvaram*: il grande Signore di tutti i mondi; *subridam*: l'amico intimo; *sarva-bbutanam*: di tutti gli esseri viventi; *jnatva*: conoscendo; *mam*: me (come); *santim*: la pace; *ricchati*: raggiunge.

"(Chi) mi conosce come il beneficiario di *yajna* (sacrificio) e *tapas* (austerità), il grande Signore di tutti i mondi/ di tutta la gente, e l'amico più intimo di tutti gli esseri, raggiunge la pace."

Capitolo 6: Dhyana yoga Lo yoga della meditazione

6.1

*sri bhagavan uvaca
anasritah karma phalam karyam karma karoti yah
sa sannyasi ca yogi ca na niragnir na cakriyah*

sri bhagavan: il Signore meraviglioso; *uvaca*: disse; *anasritah*: senza dipendere da; *karma-phalam*: il risultato dell'azione; *karyam*: i doveri; *karma*: le attività; *karoti*: compie; *yah sa*: è; *sannyasi*: un (vero) *sannyasi*; *ca*: e; *yogi*: un (vero) *yogi*; *ca*: e; *na*: non; *nir agnih*: chi non ha (contatto con) il fuoco; *na*: non; *ca*: e; *akriyah*: chi non compie doveri.

Il Signore disse: "Una persona che compie le attività (rituali e sociali) che costituiscono i suoi doveri senza dipendere dai risultati delle azioni è il vero *sannyasi* (rinunciato) e il vero *yogi*, non chi non accende il fuoco (sacro) e non si impegna nelle attività prescritte."

6.2

*yam sannyasam iti prahur yogam tam viddhi pandava
na hy asannyasta sankalpo yogi bhavati kascana*

yam: ciò (che è); *sannyasam*: *sannyasa*; *iti*: così; *prahur*: dicono; *yogam*: *yoga*; *tam*: quello (è); *viddhi*: dovresti sapere; *pandava*: O Arjuna (figlio di Pandu); *na*: non; *hi*: certamente; *asannyasta sankalpa*: senza abbandonare le aspettative; *yogi*: uno *yogi*; *bhavati*: diventa; *kascana*: nessuno.

"O figlio di Pandu (Arjuna), dovresti sapere che ciò che si chiama *sannyasa* (rinuncia) è in realtà lo *yoga*, perché nessuno può diventare uno *yogi* senza abbandonare ogni aspettativa."

6.3

*arurukṣor muner yogam karma karanam ucyate
yogarudbasya tasyaiva samah karanam ucyate*

arurukṣob: chi desidera salire; *muneh:* il *muni*; *yogam:* lo *yoga*; *karma:* azione; *karanam:* il mezzo; *ucyate:* è detto; *yoga:* lo *yoga*; *arudbasya:* di chi è (già) salito; *tasya:* suo; *eva:* certamente; *samah:* la cessazione della scelta delle attività; *karanam:* il mezzo; *ucyate:* è detto.

"Per un *muni* che ha appena iniziato la pratica dello *yoga*, si dice che il mezzo sia l'attività. Per chi ha già salito la scala dello *yoga*, si dice che l'equanimità sia il mezzo."

6.4

*yada hi nendriyartheshu na karmasv anusajjate
sarva sankalpa sannyasi yogarudhas tadocyate*

yada: quando; *hi:* certamente; *na:* non; *indriya-arteshu:* negli oggetti dei sensi; *na:* non; *karmasv:* nelle attività; *anusajjate:* si impegna/ è attaccato; *sarva-sankalpa:* tutti i desideri/ le fantasie/ le intenzioni; *sannyasi:* chi ha rinunciato; *yogarudhas:* in cima alla scala dello *yoga*/ stabilito nello *yoga*; *tada:* allora; *ucyate:* è detto.

"In verità, quando una persona non si attacca agli oggetti dei sensi o alle attività, e rinuncia ad ogni aspettativa, si dice che sia progredita nello *yoga*."

6.5

*uddhared atmanatmanam natmanam avasadayet
atmaiva hy atmano bandhub atmaiva ripur atmanah*

uddhared: bisognerebbe salvare; *atmana:* da sé stesso; *atmanam:* sé stesso; *na:* non; *atmanam:* sé stesso; *avasadayet:* bisognerebbe degradare; *atma:* sé stesso; *eva:* certamente; *hi:* in verità; *atmanah:* sé stesso; *bandhub:* amico; *atma:* sé stesso/ la propria mente; *eva:* certamente; *ripur:* nemico; *atmanah:* sé stesso.

"Bisognerebbe agire in modo da elevarsi, non degradarsi. Certamente ciascuno può essere amico di sé stesso, oppure nemico di sé stesso."

6.6

*bandhub atmatmanas tasya yenatmaivatmana jitalab
anatmanas tu satrutve vartetatmaiva satru vat*

bandhub: amico; *atma*: sé stesso; *atmanab*: di sé stesso; *tasya*: di lui; *yena*: da lui; *atma*: sé stesso; *eva*: certamente; *atmana*: da sé stesso; *jitalab*: vinto; *anatmanab*: chi non ha (vinto) sé stesso; *tu*: ma; *satrutve*: per inimicizia; *varteta*: si comporta/ agisce; *atma*: sé stesso; *eva*: certamente; *satru-vat*: come un nemico.

"Una persona è propria amica quando ha vinto sé stessa, ma chi non controlla sé stesso si comporta come proprio nemico."

6.7

*jitatmanab prasantasya paramatma samahitab
sitosna sukha dukhesu tatha manapamanayob*

jita atmanab: chi ha conquistato sé stesso; *prasantasya*: chi è pacifico; *parama-atma*: il Sé Supremo; *samahitab*: è diventato manifestato; *sita usna*: freddo e caldo; *sukha dukhesu*: nella gioia e nel dolore; *tatha*: come anche; *mana*: rispettato; *apamanayob*: non rispettato.

"Il Paramatma/ Sé Supremo si manifesta in/ è accessibile a chi ha controllato sé stesso e ha raggiunto la pace/ è soddisfatto nel caldo e nel freddo, nella gioia e nel dolore, di fronte agli onori/ all'adorazione come di fronte al disonore/ al disprezzo."

6.8

*jnana vijnana triptatma kuta stho vijitendriyah
yukta ity ucyate yogi sama lostrasma kancanah*

jnana: conoscenza; *vijnana*: saggezza (conoscenza applicata); *tripta*: soddisfatto; *atma*: sé stesso; *kuta sthah*: chi è fermamente situato; *vijita indriyah*: che ha vinto i sensi; *yuktah*: impegnato (nello *yoga*); *iti*: così; *ucyate*: è detto; *yogi*: uno *yogi*; *sama*: ugualmente; *lostra*: una zolla di terra; *asma*: sasso; *kancanah*: oro.

"Una persona che trova la sua soddisfazione nella teoria e nella pratica della conoscenza rimane stabile e solida (perché) ha controllato i sensi. Questa persona è collegata (con il Supremo) ed è chiamata *yogi*. E' imparziale verso l'argilla, la pietra e l'oro."

6.9

*subrin mitrariy udasina madhyastha dveshya bandbusu
sadbhusv api ca papesu sama buddhir visisyate*

su brit: conoscenti benevoli; *mitra*: amici; *ari*: nemici; *udasina*: persone neutrali; *madhya- tha*: intermediari/ mediatori; *dveshya*: persone che invidiano o odiano; *bandbusu*: i parenti; *sadbhusu*: le brave persone; *api*: persino; *ca*: e; *papesu*: le persone cattive; *sama*: uguale; *buddhib*: intelligenza; *visisyate*: è il migliore.

"Lo (*yogi*) più elevato è chi rimane imparziale/ senza pregiudizi verso un conoscente animato da buoni sentimenti, un amico, un nemico, una persona neutrale, un mediatore, una persona invidiosa, un parente, una brava persona e un malvagio."

6.10

*yogi yunjita satatam atmanam rabasi sthitah
ekaki yata cittatma nirasir aparigrahah*

yogi: lo *yogi*; *yunjita*: dovrebbe impegnarsi (nel *sadhana*); *satatam*: costantemente; *atmanam*: sull'Atman; *rabasi*: in un luogo isolato; *sthitah*: stabilendosi/ rimanendo; *ekaki*: da solo; *yata*: controllata; *citta-atma*: la consapevolezza del sé; *nirasib*: senza desideri; *aparigrahah*: senza possedere nulla.

"Lo *yogi* dovrebbe praticare costantemente (la meditazione) sul Sé vivendo da solo in un luogo isolato, mantenendo accuratamente la consapevolezza sotto controllo, libera da aspettative e da attaccamenti (verso le acquisizioni materiali)."

6.11

*sucau dese pratisthapyā stbīram asanam atmanāb
naty ucchritam nati nicam cailajina kusottaram*

sucau: in un (luogo) pulito; *dese*: luogo/ terra; *pratisthapyā*: stabilendosi; *stbīram*: in modo permanente/ fermamente; *asanam*: seggio/ residenza; *atmanāb*: sé stesso; *na ati*: non troppo; *ucchritam*: elevato/ alto; *na ati*: non troppo; *nicam*: basso/ sotto; *caila*: stoffa morbida; *ajina*: (di cervo) pelle; *kusa*: erba/ paglia *kusa*; *uttaram*: in cima.

"Dopo aver stabilito la propria residenza in un luogo pulito/ puro, si deve sistemare fermamente su un seggio che non è troppo alto o troppo basso, con (strati di) stoffa, pelle di cervo ed erba *kusa*.

6.12

*tatraikāgram manāb kṛitva yata cittendriya kriyāb
upaviśyane yunjyāt yogam atma visuddhaye*

tatra: là; *eka āgram*: (concentrando fortemente l'attenzione su) un solo punto; *manāb*: la mente; *kṛitva*: facendo; *yata citta indriya kriyāb*: praticando la rinuncia nella consapevolezza, nei sensi e nelle attività/ controllando le attività della consapevolezza e dei sensi; *upaviśya*: sedendo; *asane*: nella residenza/ sul seggio/ nella posizione del corpo; *yunjyāt*: bisogna impegnarsi; *yogam*: nello *yoga*; *atma visuddhaye*: per la purificazione di sé stessi.

"Sedendo là, deve concentrare con cura la mente sulle pratiche necessarie al controllo della consapevolezza, impegnandosi nello *yoga* per la purificazione del sé.

6.13

*samam kaya siro grivam dharayann acalam sthirah
sampsreksya nasikagram svam disas canavalokayan*

samam: ugualmente bilanciato/ diritto/ sulla stessa linea; *kaya*: il corpo; *sirah*: la testa; *grivam*: il collo; *dharayan*: mantenendo; *acalam*: senza muoversi; *sthirah*: fermamente; *sampsreksya*: guardando/ fissando gli occhi; *nasika agram*: davanti al naso; *svam*: proprio; *disah*: le direzioni; *ca*: e; *anavalokayan*: senza guardare (qua e là).

"Mantenendo il corpo, la testa e il collo in linea retta, bisogna rimanere fermi, concentrando l'attenzione davanti al proprio naso, senza guardare in (altre) direzioni."

6.14

*prasantatma vigata bhir brahmacari vrate sthitah
manah samyamya mac citto yukta asita mat parah*

prasanta atma: soddisfatto in sé stesso/ nell'*atman*; *vigata*: andata; *bhib*: la paura; *brahmacari vrate*: nel voto di *brahmacharya*; *sthitah*: stabilita; *manah*: la mente; *samyamya*: controllando/ vincendo; *mat cittah*: la consapevolezza concentrata su di me; *yuktah*: impegnato; *asita*: deve restare/ sedere; *mat parah*: dedicato a me/ devoto a me.

"Vincendo la paura e praticando la contentezza, fermamente stabilito nel *brahmacharya*, controllando/ impegnando la mente, bisogna sedere/ rimanere (fermi), collegando la consapevolezza a me e contemplando me (come lo scopo)."

6.15

*yunjann evam sadatmanam yogi niyata manasah
santim nirvana paramam mat samstham adbigacchati*

yunjan: impegnandosi; *evam*: così; *sada*: sempre; *atmanam*: sé stesso; *yogi*: lo *yogi*; *niyata manasah*: avendo controllando la mente; *santim*: la pace; *nirvana*

paramam: il nirvana supremo; *mat samsthām*: situato in me; *adhigacchati*: raggiunge.

"Praticando/ impegnandosi in questo modo (concentrandosi) sull'*atman*, lo *yogi* che ha controllato/ impegnato la mente raggiunge la pace del nirvana supremo, che dimora in me."

6.16

*na ty asnatas tu yogo 'sti na caikāntam anasnatāh
na cati svapna silasya jagrato naiva carjuna*

na-ati: non troppo; *asnatah*: chi mangia; *tu*: ma; *yogah*: yoga; *asti*: c'è; *na*: non; *ca*: e; *ekāntam*: almeno una volta; *anasnatāh*: che non mangia; *na*: non; *ca*: e; *ati-svapna*: che dorme troppo; *silasya*: chi ha l'abitudine; *jagratah*: chi non dorme; *na*: non; *eva*: certamente; *ca*: e; *arjuna*: o Arjuna.

"O Arjuna, (praticare) lo yoga non è (possibile) per chi mangia troppo o non mangia affatto, per chi dorme troppo o non dorme affatto."

6.17

*na ty asnatas tu yogo 'sti na caikāntam anasnatāh
na cati svapna silasya jagrato naiva carjuna*

yukta ahara: che mangia secondo lo yoga; *viharasya*: che va in giro; *yukta cestasva*: che compie sforzi in modo regolato; *karmasu*: nelle attività/ nei doveri; *yukta svapna avabodhasya*: chi è regolato nel dormire e nello stare sveglio; *yogah*: lo yoga; *bhavati*: diventa; *duhkha ha*: che distrugge la sofferenza.

"Per una persona che controlla consapevolmente la propria alimentazione, che è equilibrata nel muoversi, che impiega uno sforzo equilibrato nel lavorare/ compiere i propri doveri, ed è regolata nel dormire e stare sveglia, lo Yoga diventa (il rimedio) che distrugge la sofferenza."

6.18

*yada vinitayam cittam atmany evatistate
nisprihab sarva kamebhyo yukta ity ucyate tada*

yada: quando; *vinitayam*: controllata; *cittam*: consapevolezza; *atmani*: sull'*atman*; *eva*: certamente/ soltanto; *avatistate*: rimane; *nisprihab*: priva/ distaccata; *sarva kamebhyah*: da tutte le cose desiderate; *yuktab*: impegnata (nello *yoga*); *iti*: così; *ucyate*: è detta; *tada*: allora.

"Quando la consapevolezza è addestrata a concentrarsi fermamente sull'*atman*, libera dal desiderio per i vari tipi di piacere dei sensi, è detta (adeguatamente) impegnata (nello *yoga*).

6.19

*yatha dipo nivata stho nengate sopama smrita
yogino yata cittasya yunjato yogam atmanah*

yatha: proprio come; *dipah*: una lampada; *nivata sthab*: che rimane/ in un posto senza vento; *na*: non; *ingate*: vacilla; *sa*: quello; *upama*: paragone; *smrita*: ricordato/ considerato; *yoginah*: uno *yogi*; *yata cittasya*: che ha controllato la mente/ la cui mente è rinunciata; *yunjatab*: impegnato; *yogam*: nello *yoga*; *atmanah*: l'*atman*/ il Sé.

"Proprio come la fiamma di una lampada rimane stabile dove non c'è vento, la mente controllata dello *yogi* non vacilla - questo è il paragone usato per chi è impegnato nella meditazione sull'*Atman*."

6.20

*yatroparamate cittam niruddham yoga sevaya
yatra caivatmanatmanam pasyann atmani tusyati*

yatra: là/ in quella situazione/ quando; *uparamate*: viene ritirata; *cittam*: consapevolezza/ coscienza; *niruddham*: controllata; *yoga-sevaya*: impegnandosi nel servizio allo *yoga*; *yatra*: là; *ca*: e; *eva*: certamente; *atmana*: da sé stesso; *atmanam*: l'*atman*; *pasyan*: vedendo; *atmani*: nel Sé; *tusyati*: diventa soddisfatto.

"Quando la consapevolezza diventa tranquilla a causa della cessazione (delle oscillazioni) attraverso l'impegno/ il servizio nello *yoga*, allora si diventa soddisfatti nel Sé contemplando l'Atman in sé."

6.21

*sukham atyantikam yat tad buddhi grahyam atindriyam
veti yatra na caivayam sthitas calati tattvatah*

sukham: felicità; *atyantikam*: infinita/ illimitata; *yat*: ciò che; *tad*: quella; *buddhi-grahyam*: può essere afferrata dall'intelligenza; *atindriyam*: al di là dei sensi; *veti*: dovresti conoscere; *yatra*: là/ in quel momento/ in quella situazione; *na*: non; *ca*: e; *eva*: certamente; *ayam*: quello; *sthitas*: situato; *calati*: si muove; *tattvatah*: veramente.

"In questo stato assoluto di felicità che può essere afferrato dall'intelletto ma si trova al di là della portata dei sensi, certamente si sa di essere fermamente situati nella verità e non ci si allontana."

6.22

*yam labdhva caparam labham manyate nadhikam tatah
yasmim sthito na dukhena gurunapi vicalyate*

yam: ciò che; *labdhva*: ottenendo; *ca*: e; *aparam*: qualcos'altro; *labham*: da ottenere; *manyate*: pensa/ considera; *na*: non; *adhikam*: altro; *tatah*: che quello; *yasmim*: in cui; *sthitas*: situato; *na*: non; *dukhena*: con le sofferenze; *gurunapi*: molto pesanti/ grandi; *api*: persino; *vicalyate*: vacilla/ è disturbato.

"Uno che ha ottenuto questa (posizione) non prende in considerazione/ sente il bisogno di ulteriori acquisizioni, e una volta stabilito là non viene più smosso neppure da gravi sofferenze."

6.23

*tam vidyad dukkha samyoga viyogam yoga samjnitam
sa niscayena yuktavyo yogo 'nirvinna cetasa*

tam: quello; *vidyat*: dovresti conoscere; *dubkha*: sofferenza; *samyoga*: contatto; *vijogam*: assenza di contatto; *yoga samjnitam*: comprensione dello *yoga*; *sab*: lui; *niscayena*: con la perseveranza; *yoktavyab*: deve impegnarsi in; *yogab*: *yoga*; *anirvinna*: non depresso; *cetasa*: consapevolezza.

"Questa deve essere conosciuta come la concentrazione nello *yoga* che libera da tutti i contatti con la sofferenza; questo è indubbiamente il sistema *yoga* che deve essere praticato senza deviare/ senza lasciarsi scoraggiare."

6.24

*sankalpa prabhavan kamams tyaktva sarvan asesatab
manasaivendriya gramam viniyamya samantatab*

sankalpa: immaginazione; *prabhavan*: generati da; *kaman*: desideri; *tyaktva*: abbandonati; *sarvan*: tutti; *asesatab*: completamente; *manasa*: dalla mente; *eva*: certamente; *indriya gramam*: tutti i sensi; *viniyamya*: regolando; *samantatab*: da ogni lato.

"Abbandonando completamente tutti i desideri/ piani sorti dal lavoro della mente, (bisogna) controllare la mente e tutti i sensi regolandoli da ogni lato."

6.25

*sanaib sanair upamed buddhya dbriti grihitaya
atma samstham manab kritva na kincid api cintayet*

sanaib: gradualmente; *sanair*: gradualmente; *upamet*: deve ritirarsi/ astenersi; *buddhya*: con l'intelligenza; *dbriti*: con determinazione; *grihitaya*: accettando; *atma samstham*: situato nell'*atman*; *manab*: la mente; *kritva*: facendo; *na*: non; *kincid*: qualcosa; *api*: persino; *cintayet*: dovrebbe pensare/ preoccuparsi.

"Astraendosi gradualmente (dalle cose esteriori) con l'uso dell'intelligenza e della determinazione, bisogna fissare la mente nel Sé/ nell'Atman e smettere di preoccuparsi/ pensare ad altro."

6.26

*yato yato niscalati manas cancelam asthiram
tatas tato niyamyaitad atmany eva vasam nayet*

yatab yatab: per qualsiasi motivo/ ovunque/ ogni volta; *niscalati*: si allontana; *manab*: la mente; *cancelam*: irrequieta; *asthiram*: instabile; *tatab tatab*: là/ allora; *niyamy*: controllando; *etat*: questo; *atmani*: nell'Atman; *eva*: certamente; *vasam*: sotto controllo; *mayet*: deve portare.

"La mente è instabile e impaziente di andarsene in giro. Ogni volta che/ dovunque se ne scappi, bisogna riportarla sotto controllo e regolarla in modo che rimanga controllata nel/ dal Sé/ Atman."

6.27

*prasanta manasam hi enam yoginam sukham uttamam
upaiti santa rajasam brahma bhutam akalmasam*

prasanta: tranquilla; *manasam*: la mente; *hi*: certamente; *enam*: questo; *yoginam*: tra gli *yogi*; *sukham*: felicità; *uttamam*: suprema; *upaiti*: raggiunge; *santa rajasam*: avendo calmato la passione; *brahma bhutam*: l'esistenza del Brahman; *akalmasham*: libera da ogni contaminazione.

"Certamente lo *yogi* che ha calmato perfettamente la mente può raggiungere la più grande felicità. Avendo (così) raggiunto la tranquillità dalla passione, diventa situato nell'esistenza trascendentale e (completamente) purificato."

6.28

*yunjann evam sadatmanam yogi vigata kalmashab
sukhena brahma samsparsam atyantam sukham asnute*

yunjan: impegnandosi; *evam*: così; *sada*: sempre; *atmanam*: nell'atman; *yogi*: lo *yogi*; *vigata kalmashab*: tutte le contaminazioni eliminate; *sukhena*: felicemente/ facilmente; *brahma samsparsam*: in contatto con il Brahman; *atyantam*: illimitata; *sukham*: felicità; *asnute*: raggiunge.

"Concentrandosi sempre sull'Atman/ il Sé, lo *yogi* che è diventato libero da ogni contaminazione raggiunge la felicità più alta perché rimane facilmente in contatto/ collegato con il Brahman."

6.29

*sarva bhuta stham atmanam sarva bhutani catmani
ikṣyate yoga yukta tma sarvatra sama darsanah*

sarva bhuta stham: che rimane in tutti gli esseri viventi/ in tutte le esistenze; *atmanam*: l'*atman*; *sarva bhutani*: tutti gli esseri viventi/ tutte le esistenze; *ca*: e; *atmani*: nell'*atman*; *ikṣyate*: vede; *yoga yukta tma*: uno che è impegnato nello *yoga*; *sarvatra*: ovunque; *sama-darsanah*: con equanimità.

"Uno che è collegato attraverso lo *yoga* contempla l'*atman* che è situato in tutti gli esseri viventi/ in tutti gli stati di esistenza, e tutti gli esseri viventi/ tutte le esistenze come situati nell'Atman, perciò è disposto in modo equanime verso tutti/ tutto."

6.30

*yo mam paśyati sarvatra sarvam ca mayi paśyati
tasyaham na pranasyami sa ca me na pranasyati*

yah: uno che; *mam*: me; *paśyati*: vede; *sarvatra*: ovunque/ in tutte le cose; *sarvam*: tutto/ tutti; *ca*: e; *mayi*: in me; *paśyati*: vede; *tasya*: di lui; *aham*: io; *na*: non; *pranasyami*: sono perduto; *sah*: lui; *ca*: e; *me*: per me; *na*: non; *pranasyati*: diventa perduto.

"Uno che mi vede ovunque e vede tutto in me non mi perde mai (di vista), e non è mai perduto per me."

6.31

*sarva bhuta sthitam yo mam bhajaty ekatvam asthitah
sarvatha vartamano 'pi sa yogi mayi vartate*

sarva bhuta sthitam: che rimane in tutti gli esseri/ in tutte le esistenze; *yab*: lui; *mam*: me; *bbajati*: adora/ serve; *ekatvam*: con la consapevolezza concentrata; *asthitab*: situata; *sarvatha*: in ogni modo; *vartamanab*: può essere; *api*: persino; *sab*: lui; *yogi*: uno *yogi*; *mayi*: per me; *vartate*: rimane.

"Lo yogi che mi adora come l'Uno che risiede in tutte le esistenze è situato (in me); dovunque vada, rimane sempre in me."

6.32

*atmaupamyena sarvatra samam pasyati yo 'rjuna
sukham va yadi va dukham sa yogi paramo matah*

atma: con sé stesso/ l'*atman*; *aupamyena*: paragonando; *sarvatra*: ovunque; *samam*: ugualmente; *pasyati*: vede; *yab*: lui; *arjuna*: o Arjuna; *sukham*: gioia; *va*: oppure; *yadi*: se; *va*: oppure; *dukham*: sofferenza; *sab*: lui; *yogi*: uno *yogi*; *paramab*: il migliore; *matah*: considerato.

"O Arjuna, chi vede tutto/ tutti come non differente da sé stesso, sia nella gioia che nel dolore, è considerato da me come il più grande degli yogi."

6.33

*arjuna uvaca
yo 'yam yogas tvaya proktah samyena madhusudana
etasyaham na pasyami cancalatvat sthitim sthiram*

arjunab: Arjuna; *uvaca*: disse; *yab*: esso; *ayam*: questo; *yogab*: *yoga*; *tvaya*: da te; *proktah*: spiegato; *samyena*: come la visione equanime; *madhusudana*: o Madhusudana (Krishna); *etasya*: di questo; *aham*: io; *na*: non; *pasyami*: vedo; *cancalatvat*: la caratteristica dell'irrequietezza; *sthitim*: situazione (permanente); *sthiram*: fermamente stabilita.

Arjuna disse: "O Madhusudana, non vedo come sia possibile compiere coerentemente questo *yoga* che mi hai ora descritto come equanimità di visione, perché (la mente) è irrequieta."

6.34

*cancalam hi manah krisna pramatih balavad dridham
tasyaham nigratham manye vayor iva su dukaram*

cancalam: irrequieta; *hi*: in verità *manah*: la mente; *krisna*: o Krishna; *pramatih*: turbolenta; *balavat*: forte; *dridham*: ostinata; *tasya*: di questa; *aham*: io; *nigratham*: controllare; *manye*: io considero; *vayor*: del vento; *eva*: certamente; *sudukaram*: estremamente difficile.

"O Krishna, la mente è davvero irrequieta, turbolenta, potente e ostinata. Io penso che controllarla sia più difficile che controllare il vento."

6.35

*sri bhagavan uvaca
asamsayam maha baho mano durnigratham calam
abhyasena tu kaunteya vairagyena ca grihyate*

sri bhagavan: il meraviglioso Signore; *uvaca*: disse; *asamsayam*: senza dubbio; *maha baho*: o (Arjuna) dalle braccia potenti; *manah*: la mente; *durnigratham*: difficile da afferrare; *calam*: che si muove; *abhyasena*: con la pratica; *tu*: ma; *kaunteya*: o figlio di Kunti (Arjuna); *vairagyena*: con la rinuncia; *ca*: e; *grihyate*: è portata sotto controllo.

Il Signore disse: "O (Arjuna) dalle forti braccia, senz'altro la mente è irrequieta e molto difficile da gestire, ma può essere controllata con la pratica e il distacco, o figlio di Kunti."

6.36

*asamyatna yogo dushprapya iti me matih
vasyatmana tu yatata sakeyo 'vaptum upayatab*

asamyata: incontrollato; *atmana*: il sé; *yogah*: lo yoga; *dusprapyah*: difficile da ottenere; *iti*: così; *me*: mia; *matih*: opinione; *vasya*: controllato; *atmana*: il sé; *tu*: ma; *yatata*: facendo sforzi; *sakeyah*: possibile; *avaptum*: raggiungere; *upayatab*: con i mezzi (che ho) descritti.

"La mia opinione è che sia molto difficile raggiungere lo *yoga* quando il sé/ la mente non è impegnata/ controllata, ma ci sono mezzi (appropriati) attraverso i quali, con un po' di sforzo, è possibile controllare il sé/ la mente."

6.37

arjuna uvaca
ayatib sraddhayopeto yogac calita manasab
aprapya yoga samsiddhim kam gatim krisna gacchati

arjuna: Arjuna; *uvaca*: disse; *ayatib*: uno che fallisce (nello sforzo); *sraddhaya*: con fede; *upetab*: avendo cominciato; *yogat*: dallo *yoga*; *calita*: allontanata; *manasab*: la mente; *aprapya*: non avendo raggiunto; *yoga samsiddhim*: la perfezione dello *yoga*; *kam*: quale; *gatim*: destinazione; *krisna*: o Krishna; *gacchati*: raggiunge.

Arjuna disse: "O Krishna, (diciamo che) una persona ha abbracciato con fede lo *yoga*, ma a causa di una mancanza di rinuncia/ di sforzo viene sviata dalla mente e non riesce a raggiungere la perfezione completa dello *yoga*. Quale destinazione raggiunge?"

6.38

kaccin nobhaya vibbrastab chinnabram iva nasyati
apratistha maha babo vimudho brahmanab pathi

kaccit: qualcosa; *na*: non; *ubhaya*: delle due; *vibbrastab*: caduto; *chinna*: strappata; *abram*: nuvola; *iva*: come; *nasyati*: è distrutto; *apratisthab*: senza una posizione/ senza sostegno; *maha-babo*: o (Krishna) dalle forti braccia; *vimudha*: confuso; *brahmanab*: del Brahman; *pathi*: sulla via.

"O (Krishna) dalle potenti braccia, (mi chiedo) se non verrà distrutto come una nuvola che si dissolve, poiché ha abbandonato entrambe le vie (cioè le attività rituali e l'impegno nel *sannyasa yoga*) e quindi rimane senza una posizione, confuso riguardo alla via della Trascendenza."

6.39

*etan me samsayam krisna chettum arbasy asesatab
tvad anyah samsayasyasya chetta na hy upapadyate*

etat: questo; *me*: mio; *samsayam*: dubbio; *krisna*: o Krishna; *chettum*: tagliare/ sradicare/ eliminare; *arbasi*: dovresti; *asesatab*: completamente; *tvad-anyah*: all'infuori di te; *samsayasyasya*: del dubbio; *chetta*: che taglia; *na*: non; *hi*: certamente; *upapadyate*: può essere trovato.

"O Krishna, dovresti dissipare completamente questi dubbi per me, perché non vedo altri all'infuori di te che possano eliminare l'incertezza."

6.40

*sri bhagavan uvaca
partha naiveha namutra vinasas tasya vidyate
na hi kalyana krit kascid durgatim tata gacchati*

sri bhagavan: il Signore meraviglioso; *uvaca*: disse; *partha*: o figlio di Pritha (Arjuna); *na*: non; *eva*: certamente; *iha*: qui (in questo mondo/ in questa vita); *na*: non; *amutra*: nel prossimo (mondo/ vita); *vinasab*: distruzione; *tasya*: di lui; *vidyate*: è conosciuto; *na*: non; *hi*: certamente; *kalyana krit*: uno che compie buone attività; *kascit*: qualche; *durgatim*: cattive situazioni; *tata*: (mio) caro (figlio); *gacchati*: va.

Il Signore disse: "O Partha, non sarà mai perduto, in questo mondo o nella prossima vita. Chi si impegna in attività benefiche non farà mai una brutta fine."

6.41

*prapya punya kritam lokan usitva sasvatib samah
sucinam srimatam gebe yoga bhrasto 'bhijayate*

prapya: avendo raggiunto; *punya-kritam*: chi ha compiuto attività buone/ di buon augurio; *lokan*: i pianeti; *usitva*: dopo essere rimasto (là); *sasvatib*: molti; *samah*: anni; *sucinam*: di (persone) pulite; *srimatam*: di (persone) benestanti; *gebe*: nella casa; *yoga-bhrastab*: chi è caduto dalla via dello *yoga*; *abhijayate*: rinasce.

"Dopo aver raggiunto i pianeti di coloro che sono virtuosi ed essere rimasto là per molti anni, chi è caduto dallo *yoga* rinasce nella casa di persone che sono pure e benestanti."

6.42

*atba va yoginam eva kule bhavati dbimatam
etat dhi durlabhataram loke janma yad idrisam*

atba va: oppure; *yoginam*: di *yogi*; *eva*: certamente; *kule*: nella famiglia; *bhavati*: diventa/ nasce; *dbimatam*: di saggi; *etat*: questo; *hi*: certamente; *durlabhataram*: estremamente difficile da ottenere; *loke*: in (questo) mondo/ tra la gente; *janma*: nascita; *yat*: che; *idrisam*: di questo tipo.

"Può persino nascere in una famiglia di saggi *yogi* - certamente una simile nascita è estremamente rara in questo mondo."

6.43

*tatra tam buddhi samyogam labbate paurva debikam
yatate ca tato bhuyah samsiddhau kuru nandana*

tatra: là/ allora; *tam*: quello; *buddhi-samyogam*: impegno intelligente/ impegno nel *buddhi yoga*; *labbate*: ottiene; *paurva-dehikam*: dal corpo precedente; *yatate*: che si sforza; *ca*: e; *tatah*: allora; *bhuyah*: di nuovo; *samsiddhau*: verso la perfezione; *kuru-nandana*: o amato (discendente) di Kuru.

"O discendente di Kuru, allora (in quella vita) recupera le realizzazioni della sua vita precedente, e ricomincia a sforzarsi verso la piena perfezione."

6.44

*purvabhyasena tenaiva briyate hy avaso 'pi sah
jijnasur api yogasya sabda brahmativartate*

109

purva: precedente; *abhyasena*: con la pratica; *tena*: con quella; *eva*: certamente; *briyate*: è attratto da/ viene portato avanti; *hrī*: certamente; *avaśa*: spontaneamente; *apī*: persino; *sab*: lui; *jijnasub*: curioso; *apī*: persino; *yogasya*: dello *yoga*; *śabda brahma*: le (regole delle) scritture; *atīvartate*: trascende.

"Tutto ciò che aveva raggiunto nella vita precedente creerà certamente un'attrazione spontanea (verso la perfezione), perché chi si sforza sinceramente nello *yoga* trascende persino le regole delle scritture."

6.45

*prayatnad yatamanas tu yogi samsuddha kilbisah
aneka janma samsiddhas tato yati param gatim*

prayatnat: con la pratica seria; *yatamanah*: facendo sforzi; *tu*: ma; *yogi*: lo *yogi*; *samsuddha*: purificato; *kilbisah*: dalle contaminazioni; *aneka janma*: molte vite; *samsiddhas*: raggiunta la perfezione; *tatah*: allora/ là; *yati*: raggiunge; *param gatim*: la posizione suprema/ lo scopo supremo.

"Impegnandosi in una pratica seria, questo *yogi* diventa purificato da tutte le contaminazioni e raggiunge lo scopo supremo, una perfezione che richiede molte vite."

6.46

*tapasvibhyo 'dbiko yogi jnanibhyo 'pi mato 'dbikah
karmibhyas cadbiko yogi tasmad yogi bhavarjuna*

tapasvibhyah: più degli asceti; *adbikah*: grande/ superiore; *yogi*: lo *yogi*; *jnanibhyah*: più degli studiosi; *apī*: anche; *matah*: considerato; *adbikah*: più grande; *karmibhyah*: di coloro che si impegnano nei doveri rituali; *ca*: e; *adbiko*: più grande; *yogi*: uno *yogi*; *tasmad*: perciò; *yogi*: uno *yogi*; *bhava*: diventa; *arjuna*: o Arjuna.

"Lo *yogi* è superiore all'asceta ed è anche considerato più grande dello studioso e migliore di coloro che compiono attività (rituali). Perciò, o Arjuna, sii uno *yogi*."

*yoginam api sarvesam mad gatenantar atmana
sraddhavan bhajate yo mam sa me yuktatamo matah*

yoginam: tra gli *yogi*; *api*: persino; *sarvesam*: tutti; *mad gatenanta*: fisso in me; *antah atmana*: all'interno del sé; *sraddhavan*: che ha fede; *bhajate*: che adora/ serve; *yah*: lui; *mam*: me; *sah*: lui; *me*: da me; *yukta tamah*: il migliore tra gli *yogi*; *matah*: è considerato.

"E tra tutti gli *yogi*, chi mi adora/ serve con fede e piena concentrazione/ dedizione, è considerato da me il più grande *yogi*."

Capitolo 7: Vijnana yoga Lo yoga della conoscenza applicata

7.1

*sri bhagavan uvaca
mayi asakta manah partha yogam yunjan asrayah
asamsayam samagram mam yatha jnasyasi tac cbrinu*

sri-bhagavan: il Signore; *uvaca*: disse; *mayi*: a me; *asakta*: attaccata; *manah*: la mente; *partha*: o figlio di Pritha; *yogam*: nello *yoga*; *yunjan*: unendo; *mat asrayah*: avendo preso rifugio in me; *asamsayam*: senza dubbio; *samagram*: completamente; *mam*: me; *yatha*: così; *jnasyasi*: tu saprai; *tac*: quello; *srinu*: ascolta.

Il Signore disse: "Ora ascolta, o Partha (figlio di Pritha), in che modo portando la mente a sviluppare attaccamento per me attraverso la pratica dello *yoga* e prendendo rifugio in me, potrai conoscermi completamente e senza alcun dubbio."

7.2

*jnanam te 'ham sa vijnanam idam vakshyamy asesatab
yaj jnatva neha bhuyo 'nyaj jnatavyam avasisyate*

jnanam: conoscenza; *te*: a te; *aham*: io; *sa*: insieme a; *vijnanam*: conoscenza applicata/ saggezza; *idam*: questa; *vakshyami*: io dirò; *asesatab*: dettagliata/ illimitata/ completa; *yaj*: la quale; *jnatva*: conoscendo *na*: non; *iha*: qui; *bhuyah*: ancora/ di nuovo; *anyat*: qualcos'altro/ qualcosa di più; *jnatavyam*: da essere conosciuto; *avasisyate*: rimane.

"Ti parlerò dettagliatamente di questa *jnana* e *vijnana*. Per chi la conosce, non resta più nient'altro da conoscere."

7.3

*manusyanam sabasresu kascid yatati siddhaye
yatatam api siddhanam kascin mam veti tattvatah*

manusyanam: tra gli esseri umani; *sabasresu*: (nelle) migliaia; *kascit*: (forse) qualcuno; *yatati*: si sforza; *siddhaye*: verso la perfezione; *yatatam*: tra coloro che cercano la perfezione; *api*: persino; *siddhanam*: tra coloro che hanno raggiunto la perfezione; *kascin*: (forse) qualcuno; *mam*: me; *veti*: conosce; *tattvatah*: in verità.

"Tra migliaia di esseri umani, forse uno cercherà la perfezione. E tra tutti coloro che hanno raggiunto tale perfezione, forse uno arriverà davvero a conoscermi."

7.4

*bhumir apo 'nalo vayuh kham mano buddhir eva ca
ahankarab itiyam me bhinna prakritir astadba*

bhumih: terra; *apab*: acqua; *analab*: fuoco; *vayuh*: aria; *kham*: spazio/ etere; *manab*: mente; *buddhib*: intelligenza; *eva*: anche; *ca*: e; *ahankarab*: identificazione materiale; *iti*: in questo modo; *iyam*: tutti questi; *me*: mia; *bhinna*: separata/ distinta; *prakritib*: natura; *astadba*: ottuplice.

"Terra, acqua, fuoco, aria, etere, mente, intelligenza e identificazione materiale: queste sono otto forme della mia *prakrti*."

7.5

*apareyam itas tv anyam prakritim viddhi me param
jiva bhutam maha babo yayedam dharyate jagat*

apara: non più alta/ non diversa; *ayam*: questa; *itah*: oltre; *tu*: ma; *anyam*: un'altra; *prakritim*: natura; *viddhi*: devi sapere; *me*: mia; *param*: più alta; *jiva-bhutam*: gli esseri viventi; *maha babo*: Arjuna (dalle potenti braccia); *yaya*: dai quali/ dalla quale; *idam*: questo; *dharyate*: è sostenuto; *jagat*: l'universo.

"Arjuna, sappi che oltre questa *prakriti* secondaria ce n'è anche un'altra, costituita dagli esseri viventi che sostengono l'universo."

7.6

*etat yonini bhutani sarvanity upadharaya
aham kritsnasya jagatah prabhavah pralayas tatha*

etat: questi; *yonini*: dalle matrici; *bhutani*: esseri viventi/ stati dell'esistenza; *sarvan*: tutti; *iti*: così; *upadharaya*: (dovresti) comprendere; *aham*: io; *kritsnasya*: di ogni cosa; *jagatah*: l'universo; *prabhavah*: la fonte della creazione; *pralayah*: la causa della dissoluzione; *tatha*: anche.

"Sappi che tutti gli esseri derivano da queste due matrici. (Dunque) io sono l'origine della creazione e della distruzione dell'intero universo."

7.7

*mattah parataram nanyat kincid asti dhananjaya
mayi sarvam idam protam sutre mani gana iva*

mattah: di me; *parataram*: più alto/ superiore; *na*: non; *nanyat*: altro; *kincit*: qualcuno; *asti*: c'è; *dhananjaya*: o conquistatore di ricchezze (Arjuna); *mayi*: in me; *sarvam*: tutto; *idam*: questo; *protam*: infilato/ intrecciato/ collegato; *sutre*: filo; *mani-gana*: una serie di perle; *iva*: come.

"O Dhananjaya (Arjuna), non c'è assolutamente nulla che sia superiore a me. Ogni cosa riposa su di me, come le perle sono legate insieme dal filo."

7.8

*raso 'ham apsu kaunteya prabhasmi sasi suryayoh
pranavah sarva vedesu sabdah kehe paurusam nrisu*

rasab: il sapore; *aham:* io (sono); *apsu:* nell'acqua; *kaunteya:* o figlio di Kunti (Arjuna); *prabha:* la radiosità/ la luce/ la potenza; *asmì:* io sono; *sasi suryayoh:* della luna e del sole; *pranavah:* il *pranava*; *sarva vedesu:* in tutti i *Veda*; *sabdah:* il suono; *kehe:* nello spazio; *paurusam:* capacità; *nrisu:* negli esseri umani.

"O figlio di Kunti, io sono il sapore dell'acqua, lo splendore della luna e del sole. Io sono il *pranava omkara* in tutti i *Veda*, il suono nello spazio e le capacità negli esseri umani."

7.9

*punyo gandhab prithivyam ca tejas casmi vibhavasau
jivanam sarva bhutesu tapas casmi tapasvisu*

punyah: originale/ attraente/ puro/ buono/ di buon augurio; *gandhab:* profumo/ odore; *prithivyam:* nella terra; *ca:* e; *tejab:* calore/ potere; *ca:* e; *asmì:* io sono; *vibhavasau:* nel fuoco; *jivanam:* la vita; *sarva bhutesu:* in tutti gli esseri; *tapab:* austerità; *ca:* e; *asmì:* io sono; *tapasvisu:* in coloro che si impegnano nell'austerità.

"Io sono l'odore buono/ puro della terra. Sono il calore del fuoco. Sono la vita in tutti gli esseri, e l'austerità negli asceti."

7.10

*bijam mam sarva bhutanam viddhi partha sanatanam
buddhir buddhimatam asmi tejas tejasvinam aham*

bijam: il seme; *mam:* me; *sarva-bhutanam:* di tutti gli esseri; *viddhi:* sappi; *partha:* o figlio di Pritha; *sanatanam:* eterno; *buddhib:* l'intelligenza; *buddhimatam:* in coloro che sono intelligenti; *asmì:* io sono; *tejab:* la radiosità; *tejasvinam:* in tutto ciò che risplende; *aham:* io (sono).

"O Partha, sappi che io sono il seme eterno di ogni esistenza/ di tutti gli esseri. Io sono l'intelligenza in chi è intelligente, e lo splendore radioso di chi è potente."

7.11

*balam balavatam caham kama raga vivarjitam
dharma viruddho bhutesu kamo 'smi bharatarsabha*

balam: forza; *balavatam*: di coloro che sono forti; *ca*: e; *aham*: io (sono); *kama raga vivarjitam*: liberi da lussuria e attaccamento; *dharma aviruddhab*: non contrario al *dharma*; *bhutesu*: negli esseri viventi; *kama*: desiderio/ piacere; *asmi*: io sono; *bharatarsabha*: o migliore tra i discendenti di Bharata.

"O migliore tra i discendenti di Bharata (Arjuna), io sono la forza del forte che è libero dall'egoismo e dall'attaccamento. In tutti gli esseri io sono il desiderio (sessuale) che non è contrario al *dharma*."

7.12

*ye caiva sattvika bhava rajasas tamasas ca ye
matta eveti tan viddhi na tv aham tesu te mayi*

ye: essi; *ca*: e; *iva*: certamente; *sattvika*: secondo *sattva*, la bontà; *bhava*: stato dell'essere; *rajasab*: secondo *rajas*, la passione; *tamasab*: secondo *tamas*, l'ignoranza; *ca*: e; *ye*: essi; *mattab*: da me; *eva*: certamente; *iti*: così; *tan*: loro; *viddhi*: (dovresti) sapere; *na*: non; *tv*: ma; *aham*: io (sono); *tesu*: in loro; *te*: essi; *mayi*: in me.

"Sappi che certamente tutte (queste forme di) esistenza (create) da *sattva*, *rajas* e *tamas* provengono da me, ma io non sono in loro: anzi, esse sono in me."

7.13

*tribhir guna mayair bhavair ebhiv sravam idam jagat
mohitam nabhijanati mam ebhyah param avyayam*

tribbib: da questi tre; *guna mayai:* composte dai *guna*; *bhavai:* dalle esistenze; *ebbi:* queste; *sarvam:* tutte; *idam:* questo; *jagat:* mondo/ gente; *mohitam:* confusa; *na:* non; *abhijanati:* comprende; *mam:* me; *ebhyab:* paragonato a queste; *param:* più alto/ supremo; *avyayam:* imperituro.

"Questo mondo è soggetto alle condizioni di esistenza create dai tre *guna*, e non può comprendere me, che sono inesauribile e trascendentale."

7.14

*daivi hy esa guna mayi mama maya duratyaya
mam eva ye prapadyante mayam etam taranti te*

daiv: divina; *hi:* certamente; *esa:* questa; *guna mayi:* costituita dalle qualità; *mama:* mia; *maya:* illusione; *duratyaya:* molto difficile da superare; *mam:* me; *eva:* certamente; *ye:* coloro (che); *prapadyante:* avvicinano; *mayam:* l'illusione; *etam:* questa; *taranti:* possono attraversare; *te:* essi.

"Questa mia energia divina, che si manifesta come i tre *guna*, è molto difficile da superare, ma coloro che prendono rifugio in me possono attraversare questa illusione."

7.15

*na mam duskritino mudbah prapadyante naradhamah
mayayapabrita jnana asuram bhavam asritah*

na: non; *mam:* me; *duskritinah:* malfattori; *mudbah:* stupidi; *prapadyante:* avvicinano con un atteggiamento rispettoso; *nara-adhamah:* gli esseri umani inferiori; *mayaya:* dall'illusione; *apabrita:* rubata; *jnana:* conoscenza; *asuram:* mentalità asurica; *bhavam:* natura; *asritah:* coloro che hanno preso rifugio.

"I malfattori, gli stupidi, i più degradati, coloro che hanno perso la loro conoscenza a causa dell'illusione, e coloro che hanno scelto un'esistenza asurica, non si rivolgono mai verso di me."

7.16

*catur vidha bhajante mam janab sukritino 'rjuna
arto jinasur arthartbi jnani ca bharatarsabha*

catur: quattro; *vidhab*: tipi; *bhajante*: adorano/ servono/ pregano; *mam*: me; *janab*: gente/ persone; *sukritinab*: coloro che compiono buone azioni; *arjuna*: o Arjuna; *artab*: una persona che soffre; *jinasub*: chi cerca la conoscenza; *artha-artbi*: chi desidera ricchezza e prosperità; *jnani*: una persona di conoscenza; *ca*: e; *bharata rsabha*: o migliore tra i discendenti di Bharata.

"O Arjuna, migliore tra i discendenti di Bharata, quattro tipi di brave persone mi adorano: chi soffre, chi desidera la conoscenza, chi desidera qualche beneficio e chi possiede la conoscenza."

7.17

*tesam jnani nitya yukto eka bhaktir visisyate
priyo hi jnanino 'tyartham aham sa ca mama priyab*

tesam: di loro; *jnani*: chi ha la conoscenza; *nitya-yuktab*: costantemente impegnato; *eka-bhaktib*: soltanto nel servizio devozionale; *visisyate*: eccelle sopra ogni altro/ in vari modi speciali; *priyab*: il più caro; *hi*: in verità; *janinab*: per il *jnani*; *ati*: moltissimo; *artham*: valore; *aham*: io; *sab*: per questa persona; *ca*: e; *mama*: mio; *priyab*: amato.

"Tra questi, la persona di conoscenza che si impegna costantemente (nello *yoga*) e si concentra nella devozione è la migliore; io sono molto caro al *jnani*, e lui/ lei è molto caro/a a me."

7.18

*udarab sarva evaite jnani tv atmaiva me matam
astitab sa hi yuktatma mam evanuttamam gatim*

udarab: grandi personalità; *sarva*: tutte; *eva*: certamente; *ete*: queste; *jnani*: la persona che ha la conoscenza; *tv*: ma; *atma*: il Sé; *iva*: come; *me*: mia; *matam*: opinione; *astitab*: situato; *sab*: lui/ lei; *hi*: in verità; *yukta*: unito/a; *atma*: il Sé; *mam*: me; *eva*: certamente; *anuttamam*: la più alta; *gatim*: destinazione.

"Tutti questi sono grandi anime, ma la persona di conoscenza è veramente il Sé. Questa è la mia opinione. E' fermamente situata e collegata nella (consapevolezza dell') Atman, perciò certamente raggiunge me, che sono la meta più alta."

7.19

*babunam janmanam ante jnanavan mam prapadyate
vasudevah sarvam iti sa mahatma su durlabhab*

babunam: di molte; *janmanam*: nascite; *ante*: al termine; *jnanavan*: chi ha la conoscenza; *mam*: me; *prapadyate*: avvicina rispettosamente; *vasudevah*: Vasudeva, la Realtà Trascendentale onnipresente; *sarvam*: ogni cosa; *iti*: così; *sab*: lui/lei; *mahatma*: grande anima; *su durlabhab*: molto rara.

"Dopo molte vite, una persona che ha la conoscenza mi raggiunge, (realizzando che) Vasudeva è tutto ciò che esiste. Un'anima così grande è molto rara."

7.20

*kamais tair brita jnanah prapadyante 'nya devatah
tam tam niyamam asthaya prakritya niyatah svaya*

kamaih: dai desideri (di piacere); *taib taib*: questi e quelli; *brita-jnanah*: privi di conoscenza; *prapadyante*: avvicinano rispettosamente; *anya-devatah*: altre Personalità divine; *tam tam*: questi e quelli (rispettivamente); *niyamam*: metodi; *asthaya*: seguendo; *prakritya*: secondo la propria natura; *niyatah*: guidati; *svaya*: da loro stessi.

"Coloro che sono confusi nell'intelligenza da una varietà di desideri si rivolgono ad altri *deva*, e secondo la propria natura seguono le regole (specifiche)."

7.21

*yo yo yam yam tanum bhaktah sraddhayarcitum icchati
tasya tasyacalam sraddham tam eva vidadhamy abam*

yab yab: qualsiasi; *yam yam*: quella stessa; *tanum*: forma/ corpo; *bhaktab*: un devoto; *sraddhaya*: con fede; *arcitum*: adorare; *iccbati*: desidera; *tasya tasya*: a lui/ lei (individualmente e rispettivamente); *acalam*: ferma; *sraddham*: fede; *tam*: quello; *eva*: certamente; *vidadhami*: io dò / rafforzo; *abam*: personalmente.

"Qualsiasi forma il devoto desidera adorare con fede, io rafforzo la sua determinazione per aiutarlo a stabilirsi (in quel metodo e *ista deva*)."

7.22

*sa taya sraddhaya yukta tasyaradhanam ihate
labhate ca tatab kaman mayaiva vibitan hi tan*

sab: lui/ lei; *taya*: con quella; *sraddhaya*: fede; *yuktab*: insieme a; *tasya*: di quella (Personalità di Dio); *aradhanam*: per l'adorazione; *ihate*: si impegna in; *labhate*: ottiene; *ca*: e; *tatab*: da quella (Personalità di Dio); *kaman*: gli oggetti dei suoi desideri; *maya*: da me; *iva*: certamente; *vibitan*: (secondo) i desideri; *hi*: certamente; *tan*: quelli.

"Impegnato in quella dedizione con fede, il devoto adora la forma di Dio che desidera, e ottiene quelle benedizioni/ quei favori. Ma tutto ciò è organizzato da me."

7.23

*antavat tu phalam tesam tad bhavaty alpa medhasam
devan deva yajo yanti mad bhakta yanti mam api*

anta-vat: ciò che ha una fine; *tu*: ma; *phalam*: risultato; *tesam*: a loro; *tat*: quello; *bhavati*: diventa; *alpa medhasam*: poco intelligente; *devam*: i deva; *deva yajab*: coloro che diventano devoti dei deva; *yanti*: vanno; *mad bhaktab*: i miei devoti; *yanti*: vanno; *mam*: a me; *api*: anche.

"Le persone poco intelligenti cercano benefici temporanei. Coloro che adorano i Deva raggiungono i Deva, ma i miei devoti vengono a me."

7.24

*avyaktam vyaktim apannam manyante mam abuddhayah
param bhavam ajananto mamavyayam anuttamam*

avyaktam: non-manifestato; *vyaktim*: manifestazione; *apannam*: ottenuta; *manyante*: pensano; *mam*: me; *abuddhayah*: coloro che non hanno intelligenza; *param*: suprema; *bhavam*: natura/ nascita/ esistenza; *ajanantah*: coloro che non sanno; *mama*: mia; *avyayam*: eterna; *anuttamam*: suprema (senza superiori).

"Coloro che non sono intelligenti credono che il non-manifestato si sia evoluto diventando manifestato. Non conoscono la mia natura/ esistenza sublime di (realtà) imperitura e suprema."

7.25

*nabam prakasah sarvasya yoga maya samavritah
mudho 'yam nabhijanati loko mam ajam avyayam*

na: non; *aham*: io; *prakasah*: mi faccio conoscere; *sarvasya*: da tutti; *yoga*: collegamento; *maya*: illusione; *samavritah*: coperto da; *mudhah*: uno sciocco; *ayam*: questo; *na*: non; *abhijanati*: può comprendere; *loka*: una persona; *mam*: me; *ajam*: non-nato; *avyayam*: imperituro.

"Io non mi mostro a tutti, ma rimango velato dalla mia stessa yoga-maya. Chi è sciocco è incapace di comprendere che io sono eterno e non-nato."

7.26

*vedaham samatitani vartamanani carjuna
bhavisyani ca bhutani mam tu veda na kascana*

veda: sappi; *aham*: io; *samatitani*: passato; *vartamanani*: presente; *ca*: e; *arjuna*: o Arjuna; *bhavisyani*: futuro; *ca*: e; *bhutani*: esseri; *mam*: me; *tu*: na; *veda*: conosce; *na*: non; *kascana*: qualcuno.

"O Arjuna, io ho piena conoscenza di passato, presente e futuro. Conosco anche tutte le esistenze/ gli esseri viventi, ma nessuno conosce me."

7.27

*iccha dvesa samutthena dvandva mobena bharata
sarva bhutani sammoham sarge yanti parantapa*

iccha: desiderio; *dvesa*: repulsione; *samutthena*: sorti da; *dvandva*: dualità; *mobena*: dall'illusione; *bharata*: o discendente di Bharata; *sarva*: tutti; *bhutani*: gli esseri; *sammoham*: confusi; *sarge*: alla creazione/ nella creazione; *yanti*: entrano; *parantapa*: o Arjuna ("che bruci i nemici").

"O Parantapa, discendente di Bharata (Arjuna), tutti gli esseri viventi vengono all'esistenza/ nascono completamente confusi, sotto l'illusione della dualità creata da attrazione e repulsione."

7.28

*yesam tv anta gatam papam jananam punya karmanam
te dvandva moha nirmukta bhajante mam dridha vratam*

yesam: coloro che; *tv*: ma; *anta*: la fine; *gatam*: raggiunta; *papam*: delle azioni sbagliate; *jananam*: le persone; *punya*: virtuose/ buone; *karmanam*: azioni; *te*: loro; *dvandva*: dualità; *moha*: illusione/ confusione; *nirmukta*: completamente liberi; *bhajante*: adorano; *mam*: me; *dridha*: fermamente; *vratam*: (impegnati) in voti.

"Coloro che hanno smesso completamente di compiere attività sbagliate, hanno accumulato attività virtuose, e sono completamente liberi dall'illusione della dualità e fermamente determinati, possono adorarmi."

7.29

*jara marana moksaya mam asritya yatanti te
te brahma tad vidub kritsnam adhyatmam karma cakbham*

jara: dalla vecchiaia; *marana*: dalla morte; *moksaya*: la liberazione; *mam*: me; *asritya*: prendendo rifugio; *yatanti*: vanno; *ye*: coloro che; *te*: loro; *brahma*: Brahman; *tad*: quello; *vidub*: conoscono; *kritsnam*: ogni cosa; *adhyatmam*: trascendenza; *karma*: il compimento del dovere; *ca*: e; *akbham*: completamente.

"Coloro che prendono rifugio in me, si sforzano di raggiungere la liberazione da (il ciclo di) nascita e morte, e arrivano a conoscere il Brahman come la somma totale della Trascendenza. (Perciò) comprendono/ conoscono la scienza dell'azione/ la Trascendenza e anche i doveri sociali/ religiosi che bisogna compiere."

7.30

*sadbibbutadbidaivam mam sadhiyajnam ca me vidub
prayana kale 'pi ca mam te vidur yukta cetasab*

sa: con; *adhibhuta:* il principio degli elementi materiali; *adbidaivam:* il principio della divinità; *mam:* me; *sa:* con; *adhiyajnam:* il principio dell'azione sacra; *ca:* e; *me:* me; *vidub:* conosco; *prayana kale:* al momento della morte; *api:* persino/ certamente; *ca:* anche/ come pure; *mam:* me; *te:* essi; *vidub:* conosco; *yukta cetasab:* coloro che impegnano la propria consapevolezza.

"Conoscono me e simultaneamente conoscono il principio della manifestazione materiale, il principio degli archetipi che la governano, e il principio dell'azione sacra. Così mi conosceranno anche al momento della morte, poiché la loro consapevolezza è collegata (a me)."

Capitolo 8: Taraka brahma yoga Lo yoga dell'esistenza spirituale liberatoria

8.1

*arjuna uvaca
kim tad brahma kim adhyatmam kim karma purusottama
adhibbutam ca kim proktam adbidaivam kim ucyate*

arjunah : Arjuna; *uvaca:* disse; *kim:* che cosa; *tad:* quello (è); *brahma:* Brahman; *kim:* che cosa; *adhyatmam:* Adhyatma; *kim:* che cosa; *karma:* Karma (azione/ dovere); *purusha:* Persona; *uttama:* Suprema; *adhibbutam:* Adhibbutam; *ca:* e;

kim: che cosa; *proktam*: è chiamato/ definito; *adhidaivam*: Adhidaivam; *kim*: che cosa; *ucyate*: è detto.

Arjuna disse: "O Purushottama (Krishna, Persona Suprema), che cos'è il Brahman, che cos'è l'Adhyatma, che cos'è il Karma? E che cosa sono (le realtà) chiamate Adhibhuta e Adhidaiva?"

8.2

*adhiyajna katham ko 'tra debe 'smin madhusudana
prayana kale ca katham jneyo 'si nitayatmabbih*

adhiyajna: Adhiyajna; *katham*: come; *ka*: chi; *atra*: qui; *debe*: nel corpo; *asmin*: questo; *madhusudana*: o Krishna (uccisore di Madhu); *prayana*: della morte; *kale*: al momento; *ca*: e; *katham*: come; *jneyo*: conosciuto; *asi*: tu sei; *niyata*: che si sforzano; *atmabbih*: a quelle anime.

"O Madhusudana (Krishna), in che modo l'Adhiyajna (risiede) in questo corpo? E come sarai conosciuto, al momento della morte, da coloro che sono impegnati nello Yoga?"

8.3

*sri bhagavan uvaca
aksaram brahma paramam svabhavo 'dhyatmam ucyate
bhuta bhavodbhava karo visarga karma samjnitah*

sri bhagavan: il Signore perfetto; *uvaca*: disse; *aksaram*: eterno/ sillaba; *brahma*: Brahman; *paramam*: supremo; *sva*: propria; *bhava*: natura; *adhyatmam*: Adhyatma; *ucyate*: è detto; *bhuta*: degli esseri viventi/ delle condizioni di vita; *bhava*: l'esistenza; *udbhava*: la manifestazione; *karah*: che fa; *visarga*: la produzione/ la creazione; *karma*: Karma; *samjnitah*: è conosciuto come.

Il Signore disse: "Il Brahman è (l'esistenza) trascendentale /suprema e immutabile. La natura intrinseca (dell'essere) è detta Adhyatma. E il Karma è descritto come l'azione creativa che causa gli stati di esistenza/ i corpi/ la natura e la nascita degli esseri incarnati."

8.4

*adbibbutam ksaro bhavah purusas cadhidaivatam
adhiyajno 'ham evatra debe deba bhritam vara*

adbibbutam: la manifestazione fisica dell'universo; *ksara*: non permanente; *bhavah*: natura; *purushah*: il principio della Consapevolezza; *ca*: e; *adhidivatam*: gli archetipi di controllo; *adhiyajnah*: il principio divino; *aham*: io; *eva*: certamente; *atra*: in questo; *debe*: corpo; *deba bhritam*: di coloro che hanno/ portano un corpo; *vara*: o migliore.

"O migliore tra coloro che hanno un corpo, l'*adhibhuta* è la manifestazione fisica dell'universo ed è soggetta a continua trasformazione. L'*adhidaivata* è il principio della Consapevolezza manifestato come gli archetipi di controllo dell'universo, e io sono l'*adhiyajna*, il principio divino che risiede in ogni corpo come Param Atman."

8.5

*anta kale ca mam eva smaran muktvā kalevaram
yah prayati sa mad bhavam yati nasty atra samsayah*

anta: la fine; *kale*: al momento di; *ca*: e/ anche; *mam*: me; *eva*: certamente; *smaran*: ricordando; *muktvā*: liberato da; *kalevaram*: il corpo materiale; *yah*: questa persona; *prayati*: va; *sah*: lui/ lei; *mad-bhavam*: la mia natura; *yati*: raggiunge; *na*: non; *asti*: c'è; *atra*: qui; *samsayah*: dubbio.

"Una persona che, alla fine del tempo (di questa vita) si ricorda di me mentre lascia il corpo, raggiunge la mia natura. Di questo non c'è dubbio."

8.6

*yam yam vāpi smaran bhavam tyajaty ante kalevaram
tam tam evaiti kaunteya sada tad bhava bhavitah*

yam yam: qualsiasi; *va*: oppure; *api*: anche; *smaran*: ricordando; *bhavam*: sentimento/ situazione/ natura; *tyajati*: lascia; *ante*: alla fine; *kalevaram*: del

corpo; *tam tam*: quella stessa; *eva*: certamente; *iti*: così; *kaunteya*: o figlio di Kunti; *sada*: sempre; *tad*: quello; *bhava*: natura/ sentimento; *bhavitab*: immerso/ assorto.

"O figlio di Kunti (Arjuna), qualsiasi stato di esistenza/ natura si ricordi al momento di lasciare il corpo, si raggiunge (precisamente) quello stato dell'essere/ quella condizione, (che) è stata contemplata assiduamente."

8.7

*tasmat sarvesu kalesu mam anusmara yudhya ca
mayi arpita mano buddhir mam evaisyasy asamsayah*

tasmat: perciò; *sarvesu*: in tutti; *kalesu*: momenti del tempo; *mam*: me; *anusmara*: ricordando costantemente; *yudhya*: (dovresti impegnarti) in battaglia/ nel combattimento; *ca*: e (allo stesso tempo); *mayi*: a me; *arpita*: offrendo; *manab*: con la mente; *buddhib*: con l'intelligenza; *mam*: me; *eva*: certamente; *esyasi*: verrai; *asamsayah*: senza dubbio.

"Perciò in ogni momento (dovresti) sempre ricordare me, anche mentre combatti (questa battaglia), dedicando a me la tua mente e la tua intelligenza: in questo modo verrai certamente a me."

8.8

*abhyasa yoga yuktena cetasa nanya gamina
paramam purusam divyam yati parthanucintayan*

abhyasa: con la pratica; *yoga*: con l'impegno; *yuktena*: rimanendo collegato; *cetasa*: nella consapevolezza; *na*: non; *anya*: altrove; *gamina*: andando; *paramam*: suprema; *purusam*: persona; *divyam*: divina/ risplendente; *yati*: va; *partha*: o figlio di Pritha (Arjuna); *anucintayan*: sempre ricordando/ attraverso il processo della meditazione.

"O figlio di Pritha (Arjuna), impegnandosi nella pratica dello *yoga* con la consapevolezza concentrata (che non devia dall'oggetto della meditazione) si raggiunge l'Essere supremo sul quale si è meditato."

125

8.9

*kavim puranam anusaitaram anor aniyamsam anusmaret yab
sarvasya dhataram acintya rupam aditya varnam tamasab parastat*

kavim: il poeta/ il sapiente; *puranam*: antico; *anusaitaram*: che controlla ogni cosa; *anob*: dell'atomo; *aniyamsam*: più piccolo; *anusmaret*: bisogna ricordare/ meditare; *yab*: lui/ lei (il devoto); *sarvasya*: di tutti; *dhataram*: il sostegno/ colui che sostiene; *acintya*: inconcepibile; *rupam*: forma; *aditya*: il sole; *varnam*: il colore; *tamasab*: la tenebra; *parastat*: che supera/ dissipa.

"Bisogna ricordare (il Signore) come l'onnisciente, il primordiale, che controlla ogni cosa, così piccolo da essere presente nell'atomo. Sostiene ogni cosa/ ogni essere, e la sua forma è inconcepibile, radiosa come il sole, trascendente alle tenebre (dell'ignoranza)."

8.10

*prayana kale manasacalena bhaktya yukto yoga balena caiva
bhruvor madhye pranam avesya samyak sa tam param purusam upaiti divyam*

prayana: alla fine/ dissoluzione (del corpo); *kale*: al momento; *manasa*: con la mente; *acalena*: che non è distratta dal movimento in direzioni diverse; *bhaktya*: con devozione; *yuktab*: unita/ collegata; *yoga balena*: dall'intenso potere dell'unione/ *yoga*; *ca*: e; *iva*: certamente; *bhruvor*: delle sopracciglia; *madhye*: nel mezzo; *pranam*: il *prana*; *avesya*: mantenendo; *samyak*: pienamente/ completamente controllata; *sab*: lui/ lei; *tam*: quella; *param*: suprema; *purusam*: persona; *upaiti*: raggiunge; *divyam*: divina/ luminosa.

"Chi, al momento della morte, (ricorda il Signore) senza alcuna distrazione della mente, con devozione e fortemente unito attraverso lo *yoga*, mantenendo il *prana* perfettamente nel mezzo delle sopracciglia, raggiunge quella Persona suprema radiosa/ divina."

8.1

*yad aksaram veda vido vadanti visanti yad yatayo vita ragah
yad icchanto brahmacaryam caranti tat te padam sangrabena pranyaksye*

yad: quello; *aksaram*: imperituro (Brahman/ la sillaba Om/ la Transcendenza/ il mondo spirituale); *veda vidah*: coloro che conoscono i *Veda*; *vadanti*: spiegano; *visanti*: entrano; *yad*: quello; *yatayah*: i *sannyasi*/ gli *yogi*/ coloro che si sforzano sulla via spirituale; *vita ragah*: avendo abbandonato ogni attaccamento e identificazione; *yad*: quello; *icchantah*: desiderano; *brahmacaryam*: il comportamento del Brahman; *caranti*: agiscono/ si muovono; *tat*: quello; *te*: loro; *padam*: posizione/ destinazione; *sangrahena*: in breve; *pranyak.sye*: io dirò.

"(Ora) ti dirò brevemente di quell'imperitura (destinazione) descritta da coloro che conoscono i *Veda*. (Quella dimora) è accessibile ai grandi saggi/ *sannyasi* che si sono completamente distaccati (dall'illusione materiale) e che praticano il *brahmacharya* allo scopo di raggiungere quella destinazione."

8.12

*sarva dvarani samyamya mano hridi nirudhya ca
murdhny adhayatmanah pranam asthito yoga dharanam*

sarva: tutte; *dvarani*: le porte; *samyamya*: controllando; *manah*: la mente; *hridi*: nel cuore; *nirudhya*: fissando; *ca*: e; *murdhni*: nella testa; *adhaya*: portando; *atmanah*: l'Atman; *pranam*: il *prana*; *asthita*: fermamente stabilito; *yoga-dharanam*: il *dharana* dello *yoga*.

"Controllando tutte le porte (del corpo), mantenendo la mente all'interno del cuore e fissando il *prana* (che porta) il sé in cima alla testa, ci si situa nella meditazione dello *yoga*."

8.13

*om iti ekaksaram brahma vyaharan mam anusmaran
yah prayati tyajan deham sa yati paramam gatim*

om: *om*; *iti*: così *eka*: uno; *aksaram*: sillaba/ imperituro; *brahma*: il Brahman; *vyaharan*: facendo vibrare; *mam*: me; *anusmaran*: ricordando; *yah*: egli (il devoto); *prayati*: se ne va; *tyajan*: lasciando; *deham*: il corpo; *sah*: egli; *yati*: raggiunge; *paramam*: la suprema; *gatim*: destinazione.

"Pronunciando la vibrazione dell'Om, questa sillaba dell'Uno trascendente che è il Brahman, e ricordando me, chi se ne va lasciando il corpo raggiunge la destinazione suprema."

8.14

*ananya cetah satatam yo mam smarati nityasah
tasyaham sulabbah partha nitya yuktasya yoginah*

ananya: nient'altro; *cetah*: cosciente; *satatam*: sempre/ costantemente; *yah*: lui; *mam*: me; *smarati*: ricorda; *nityasah*: sempre/ regolarmente/ in modo coerente; *tasya*: di lui; *aham*: io; *su- abbah*: facile da raggiungere; *partha*: o figlio di Pritha (Arjuna); *nitya*: sempre; *yuktasya*: chi è impegnato; *yoginah*: un devoto.

"O figlio di Pritha (Arjuna), per chi mi ricorda costantemente/ regolarmente senza pensare a nient'altro, io sono molto facile da raggiungere. Questo *yogi* è costantemente collegato (con me)."

8.15

*mam upetya punar janma dukhalayam asasvatam
apnnavanti mahatmanah samsiddhim paramam gatah*

mam: me; *upetya*: avendo raggiunto; *punah*: di nuovo; *janma*: nascita; *dukhalayam*: pieno di sofferenza; *asasvatam*: temporaneo; *na*: non; *apnnavanti*: ritornano; *maha atmanah*: le grandi anime; *samsiddhim*: completamente perfette; *paramam*: suprema; *gatah*: arrivate.

"Poiché mi hanno raggiunto, non (devono) più subire una nuova nascita, che è causa di sofferenza e temporaneità. Queste grandi anime hanno (già) raggiunto il livello più alto di perfezione."

8.16

*a brahma bhuvanal lokah punar avartino 'rjuna
mam upetya tu kaunteya punar janma na vidyate*

128

abrahma: da Brahmaloaka; *bhuvanat*: dal mondo; *loka*: i sistemi planetari; *punab*: di nuovo; *avartinab*: coloro che ritornano; *arjuna*: o Arjuna; *mam*: me; *upetya*: avendo raggiunto; *tu*: ma; *kaunteya*: o Arjuna (figlio di Kunti); *punab*: di nuovo; *janma*: nascita; *na*: non; *vidyate*: sperimenta.

"O Arjuna, (tutti questi) mondi, dal pianeta di Brahma (in giù) (sono luoghi dai quali) si ritorna, ma per chi mi ha raggiunto, o figlio di Kunti (Arjuna), non c'è più rinascita."

8.17

*sahasra yuga paryantam ahar yad brahmano vidub
ratrim yuga sabasrantam te 'ho ratra vido janab*

sahasra-yuga : mille *yuga*; *pari antam*: dopo il completamento; *ahab*: un giorno; *yat*: di Brahma (il creatore dell'universo); *brahmanab*: di Brahma; *vidub*: conoscono; *ratrim*: la notte; *yuga sabasra antam*: alla fine di 1000 *yuga*; *te*: essi; *ahab-ratrab*: un ciclo completo composto da giorno e notte; *vidab*: che conoscono; *janab*: le persone.

"Coloro che conoscono la durata di un ciclo di giorno e notte sanno che un giorno di Brahma comprende 1000 (cicli di) *yuga*, e così anche la notte dura 1000 (cicli di) *yuga*."

8.18

*sahasra yuga paryantam ahar yad brahmano vidub
ratrim yuga sabasrantam te 'ho ratra vido janab*

avyaktat: dallo stato non-manifestato; *vyaktayab*: le manifestazioni; *sarvab*: tutte; *prabhavanti*: vengono emanate; *ahab*: del giorno; *agame*: all'inizio; *ratri-agame*: all'inizio della notte; *praliyante*: sono dissolte; *tatra*: là/ in quello; *eva*: certamente; *avyakta*: non-manifestato; *sanjnake*: è conosciuto.

"All'inizio del giorno tutte le manifestazioni/ gli esseri sorgono dallo (stato di) non manifestazione; all'inizio della notte sono dissolti in quella stessa non-manifestazione."

8.19

*bhuta gramah sa evayam bhutva bhutva praliyate
ratri agame 'vasah partha prabhavaty ahar agame*

bhuta-gramah: l'aggregato degli esseri; *sah*: esso; *eva*: certamente; *ayam*: questo stesso; *bhutva bhutva*: venendo ad esistere ripetutamente; *praliyate*: viene distrutto; *ratri-agame*: all'inizio della notte; *avasah*: automaticamente/ sotto il controllo di leggi superiori; *partha*: o Arjuna (figlio di Pritha); *prabhavati*: diventa manifestato; *ahar agame*: all'inizio del giorno.

"O figlio di Pritha (Arjuna), tutti questi esseri certamente continuano ad apparire e sono dissolti nuovamente in modo automatico all'inizio della notte, e di nuovo si manifestano quando arriva il giorno."

8.20

*paras tasmāt tu bhavo 'nyo 'vyakto 'vyaktat sananatah
yah sa sarvesu bhutesu nasyatsu na vinasyati*

parah: suprema, trascendentale; *tasmāt*: quella; *tu*: ma; *bhavah*: natura; *anyo*: un'altra; *avyakto*: non-manifestata; *avyaktat*: dal non-manifestato; *sananatah*: eterno; *yah*: lui/lei; *sah*: lui/lei; *sarvesu*: in tutti; *bhutesu*: gli esseri/ le condizioni di vita; *nasyatsu*: quando vengono distrutte; *na*: non; *vinasyati*: viene distrutta.

"Esiste però un'altra natura, differente da questo (stato) non-manifestato, una (natura) non-manifestata che è eterna e non viene dissolta quando tutti gli esseri sono dissolti."

8.21

*avyakto 'ksara ity uktas tam abuh paramam gatim
yam prapya na nivartante tad dhama paramam mama*

avyakto: non-manifestato (materialmente); *aksharah*: eterno - il Brahman o l'Omkara; *iti*: così; *uktah*: è descritto; *tam*: quello; *abuh*: è espresso/ chiamato; *paramam*: supremo; *gatim*: destinazione; *yam*: che; *prapya*: raggiungendo; *na*:

non; *nivartante*: ritorna; *tat*: quello; *dhama*: dimora/ posizione/ natura; *paramam*: suprema; *mama*: mia.

"Questo eterno non-manifestato è descritto come la destinazione suprema. Chi la raggiunge non ritorna più (nel mondo materiale). Quella è la mia dimora suprema."

8.22

*purusah sa parab partha bhaktya labhyas tv ananyaya
yasyantab sthani bbutani yena sarvam idam tatam*

purusah: il principio della consapevolezza; *sab*: lui; *parab*: superiore, supremo; *partha*: o Arjuna (figlio di Pritha); *bhaktya*: attraverso la devozione; *labhyab*: può essere ottenuto; *tu*: ma; *ananyaya*: non diviso; *yasya*: di lui; *antab-sthani*: che stanno all'interno; *bbutani*: tutti gli esseri/ tutte le condizioni; *yena*: da lui; *sarvam*: tutto; *idam*: questo; *tatam*: pervaso.

"O Partha, questa Persona suprema può essere raggiunta attraverso la devozione concentrata. Tutti questi esseri esistono in lui, e lui pervade ogni cosa."

8.23

*yatra kale tv anavrittim avrittim caiva yoginah
prayata yanti tam kalam vaksyami bharatarsabha*

yatra: là; *kale*: in quel momento; *tu*: ma; *anavrittim*: non-ritorno; *avrittim*: ritorno; *ca*: e; *eva*: certamente; *yoginah*: gli *yogi*; *prayatab*: avendo lasciato; *yanti*: vanno; *tam*: quello; *kalam*: momento; *vaksyami*: io dirò; *bharatarsabha*: o migliore tra i Bharata (Arjuna).

"O migliore tra i discendenti della dinastia Bharata (Arjuna), ti dirò in quali momenti gli *yogi* lasciano (il corpo) per non tornare o per tornare, e il momento in cui possono raggiungere (la destinazione suprema)."

8.24

*agnir jyotir abah suklab san masa uttarayanam
tatra prayata gacchanti brahma brahma vido janab*

agnib: nel fuoco; *jyotib:* nella luce; *abah:* durante il giorno; *suklab:* nella quindicina luminosa della luna crescente; *sat-masab:* durante i sei mesi; *uttarayanam:* del viaggio del sole a settentrione; *tatra:* là/ allora; *prayata:* lasciando; *gacchanti:* vanno; *brahma:* al Brahman; *brahma-vidab:* coloro che conoscono il Brahman; *janab:* le persone.

"Nel fuoco, nella luce, durante il giorno, durante la luna crescente e nei sei mesi dell'*uttarayanam:* coloro che conoscono il Brahman raggiungono il Brahman partendo in questi momenti."

8.25

*dbumo ratri tatha krisnab san masa daksinayanam
tatra candramasam jyotir yogi prapya nivartate*

dbumab : nel fumo; *ratrib:* nella notte; *tatha:* anche; *krisnab:* la quindicina della luna calante; *sat-masa:* i sei mesi; *daksinayanam:* del viaggio del sole verso sud; *tatra:* allora; *candramasam:* la sfera o il ciclo della luna; *jyotib:* la luce; *yogi:* il ricercatore spirituale; *prapya:* raggiungendo; *nivartate:* ritorna.

"Nel fumo, nella notte, nella luna calante e nei sei mesi del *dakshinayana,* lo *yogi* raggiunge la luce della luna e poi ritorna."

8.26

*sukla krsne gati hy ete jagatab sasvate mate
ekaya yaty anavrittim anyavartate punab*

sukla: nella bianca; *krsne:* nella nera; *gati:* destinazione; *hi:* certamente; *ete:* queste; *jagatab:* dell'universo; *sasvate:* eterno/ permanente; *mate:* sono considerate; *ekaya:* con una (soltanto); *yaty:* va; *anavrittim:* senza ritorno; *anyaya:* con l'altra; *vartate:* ritorna; *punab:* di nuovo.

"Queste due vie del mondo - la bianca e la nera - sono considerate eterne. Una è senza ritorno, e l'altra riporta indietro."

8.27

*naiṭe sṛiṭi partha janam yogi muhyati kascana
tasmāt sarvesu kaḷesu yoga yukto bhavarjuna*

na: non/ mai; *ete:* queste (due); *sṛiṭi:* vie/ percorsi differenti; *partha:* o Arjuna (figlio di Pritha); *janam:* conoscendo; *yogi:* uno *yogi*; *muhyati:* è confuso; *kascana:* mai/ in nessuna circostanza; *tasmāt:* perciò; *sarvesu:* in tutti; *kaḷesu:* i momenti; *yoga-yuktab:* collegato attraverso lo *yoga*; *bhava:* diventa; *arjuna:* o Arjuna.

"O Partha, uno *yogi* che conosce queste vie non è mai confuso, perciò (dovresti) impegnarti sempre nello *yoga*."

8.28

*vedesu yajnesu tapasū caiva danesu yat puṇya phalam pradīṣṭam
atyeti tat sarvaṃ idam viditva yogi param sṭhānam upaiti adyaṃ*

vedesu: nello studio delle scritture vediche/ nella ricerca della conoscenza; *yajnesu:* nei sacrifici/ nelle attività sacre/ nel compimento dei rituali/ nei doveri sacri; *tapasū:* nelle austerità; *ca:* e; *eva:* certamente; *danesu:* nella carità; *yat:* quello; *puṇya:* virtuoso/ sattvico/ puro; *phalam:* frutto/ risultato; *pradīṣṭam:* indicato/ assegnato/ dichiarato dalle scritture; *atyeti:* è superiore; *tat:* quello; *sarvaṃ:* tutto; *idam:* questo; *viditva:* conoscendo; *yogi:* lo *yogi*; *param:* suprema; *sṭhānam:* posizione; *upaiti:* raggiunge; *ca:* e; *adyaṃ:* originaria/ primordiale/ più importante.

"(Uno *yogi*) ottiene maggiori benefici di quelli acquisiti attraverso le azioni virtuose prescritte (*puṇya*) come la recitazione dei *Veda*, il compimento degli *yajna*, l'esecuzione di austerità e la distribuzione di carità. Sapendo tutto questo, lo *yogi* raggiunge la posizione suprema e originaria."

Capitolo 9: Raja guhya yoga Lo yoga del segreto supremo

9.1

*sri bhagavan uvaca
idam tu te guhyatamam pravakṣyami anasuyave
jnanam vijnana sabita, yaj jnatva mokṣyase 'subhat*

sri-bhagavan: il Signore meraviglioso; *uvaca*: disse; *idam*: questo; *tu*: ma; *te*: a te; *guhyatamam*: il più segreto; *pravakṣyami*: io spiegherò; *anasuyave*: (perché sei) libero dall'invidia; *jnanam*: la conoscenza; *vijnana*: la saggezza; *sabita*: insieme/ unite; *yaj*: quello; *jnatva*: sapendo; *mokṣyase*: sarai liberato; *asubhat*: da ogni negatività.

Il Signore disse: "Ti spiegherò questo segreto supremo, perché tu non sei invidioso. Conoscendo (la realtà) attraverso questa conoscenza teorica e pratica, sarai libero da ogni negatività.

9.2

*raja vidya raja guhyam pavitram idam uttamam
pratyaksavagamam dharmyam su sukham kartum avyayam*

raja: re/ capo; *vidya*: conoscenza; *raja*: re/ capo; *guhyam*: segreto; *pavitram*: pura/ sacra; *idam*: questa; *uttamam*: suprema; *pratyaksa*: con la sperimentazione diretta; *avagamam*: compresa; *dharmyam*: in accordo con i principi dell'etica; *su-sukham*: molto piacevole; *kartum*: da eseguire; *avyayam*: eterna/ imperitura.

"Questa è la regina tra tutte le scienze, il re dei segreti, ciò che vi è di più sacro e che maggiormente purifica. Si impara tramite l'esperienza diretta, è in accordo con i principi dell'etica, è facile/ piacevole da praticare ed è eterno/ imperituro."

9.3

*asraddadbanah purusa dharmasyasya parantapa
aprapya mam nivartante mrityu samsara vartmani*

asraddadbanah: coloro che non hanno fede; *purusab*: le persone; *dharmasya*: nel *dharma*; *asya*: in questo; *parantapa*: o tormento dei nemici (Arjuna); *aprapya*: senza ottenere; *mam*: me; *nivartante*: ritornano; *mrityu*: la morte; *samsara*: ciclo di; *vartmani*: sulla via.

"O Parantapa (Arjuna), quelle persone che non hanno fede in questo *dharma* tornano a perdersi sulla via del *samsara* e della morte, senza raggiungermi.

9.4

*maya tatam idam sarvam jagad avyakta murtina
mat sthani sarva bhutani na caham tesv avasthitah*

maya: da me; *tatam*: pervaso; *idam*: questo; *sarvam*: tutto; *jagad*: il mondo/ l'universo/ le persone/ gli esseri; *avyakta*: non-manifestata; *murtina*: dalla forma; *mat-sthani*: situati in me; *sarva-bhutani*: in tutti gli esseri/ in ogni esistenza; *na*: non; *ca*: e; *aham*: io; *tesv*: in loro; *avasthitah*: situato/ contenuto.

"Tutto questo universo è pervaso da me nella mia forma non-manifestata. Tutti gli esseri esistono in me, ma io non sono in loro.

9.5

*na mat sthani bhutani pasya me yogam aisvaram
bhuta bhrin na ca bhuta stho mamatma bhuta bhavanah*

na: non; *mat sthani*: situati in me; *bhutani*: esseri viventi/ stati dell'essere; *pasya*: guarda; *me*: mio; *yogam*: dello *yoga*; *aisvaram*: controllo/ gloria/ potere/ opulenza; *bhuta bhrin*: il sostegno/ il mantenimento di tutti gli esseri; *na*: non; *ca*: e; *bhuta sthah*: nell'essere/ nell'esistenza (materiale); *mama*: mio; *atma*: l'*atman*/ il Sé; *bhuta bhavanah*: l'origine degli esseri/ l'esistenza degli esseri.

"(Allo stesso tempo) gli esseri non sono in me. Guarda il mio *yoga* divino! Io mantengo/ sostengo/ creo/ contengo tutte le esistenze/

tutti gli esseri, ma non sono contenuto nei vari esseri, in quanto/
benché io stesso sia la fonte/ la creazione di tutti gli esseri.

9.6

*yathakasa sthito nityam vayub sarvatra go mahan
tatha sarvani bbutani mat sthanity upadharaya*

yatha: proprio come; *akasa*: nello spazio/ nell'etere; *sthitab*: situata; *nityam*: costantemente; *vayub*: l'aria; *sarvatra-gab*: che va ovunque; *mahan*: grande; *tatha*: similmente; *sarvani*: tutti; *bbutani*: gli esseri/ gli stati di esistenza; *mat-sthani*: situati in me; *iti*: così; *upadharaya*: (dovresti) cercare di comprendere.

"Comprendi che proprio come l'aria è sempre (presente) nello spazio anche se soffia ovunque come i grandi (venti), similmente tutti gli esseri sono situati in me.

9.7

*sarva bbutani kaunteya prakritim yanti mamikam
kalpa ksaye punas tani kalpadau visrijamy abam*

sarva bbutani: tutti gli esseri/ tutte le esistenze; *kaunteya*: o figlio di Kunti (Arjuna); *prakritim*: nella natura; *yanti*: vanno; *mamikam*: mia; *kalpa ksaye*: alla fine del *kalpa*; *punab*: di nuovo; *tani*: loro (quegli stessi); *kalpa*: del *kalpa*; *adau*: all'inizio; *visrijami*: io manifesto; *abam*: io.

"O figlio di Kunti (Arjuna), tutti gli esseri entrano nella mia *prakriti* alla fine del *kalpa*, e di nuovo all'inizio del *kalpa* (successivo) io li manifesto.

9.8

*prakritim svam avastabhya visrijami punab punab
bhuta gramam imam kritnam avasam prakriter vasat*

prakritim: natura; *svam*: propria; *avastabhya*: entrando; *visrijami*: io manifesto/ io creo; *punab punab*: ancora e ancora; *bhuta gramam*: le categorie di esseri/

136

l'aggregato di esseri; *imam*: questo; *kritisnam*: completamente; *avasam*: senza controllo/ controllato automaticamente; *prakritib*: della natura; *vasat*: sotto il controllo.

"Entrando nella mia *prakriti*, io manifesto/ creo ripetutamente la somma totale di tutti gli esseri, che è automaticamente sotto il controllo della *prakriti*.

9.9

*na ca mam tani karmani nibadhnanti dhananjaya
udasina vad asinam asaktam tesu karmasu*

na: non/ mai; *ca*: e; *mam*: me; *tani*: loro/ queste; *karmani*: attività; *nibadhnanti*: legano; *dhananjaya*: o conquistatore di ricchezze (Arjuna); *udasina-vat*: in posizione neutrale; *asinam*: situato; *asaktam*: distaccato; *tesu*: in quelle; *karmasu*: attività.

"O Dhananjaya, io non sono legato da tali azioni, poiché sono situato in una posizione neutrale, senza alcuna attrazione per quelle attività.

9.10

*mayadhyaksena prakritib suyate sa caracaram
betunanena kaunteya jagad viparivartate*

maya: da me; *adhyaksena*: attraverso l'istruzione/ la guida; *prakritib*: natura; *suyate*: manifesta/ genera; *sa*: insieme; *carā*: coloro che si muovono; *acaram*: coloro che non si muovono; *betuna*: allo scopo; *anena*: questo; *kaunteya*: o figlio di Kunti (Arjuna); *jagad*: il mondo; *viparivartate*: gira/ continua a funzionare.

"O figlio di Kunti (Arjuna), sotto la mia guida questa *prakriti* manifesta ogni cosa, mobile e immobile; questa è la causa che fa muovere/ funzionare/ crea ciclicamente l'universo.

9.11

*avajananti mam mudha manusim tanum asritam
param bhavam ajananto mama bhuta mabesvaram*

avajananti: non riconoscono; *mam*: me; *mudha*: gli stupidi; *manusim*: forma umana; *tanum*: corpo; *asritam*: io prendo; *param*: suprema; *bhavam*: natura/nascita; *ajananta*: (poiché) non sanno; *mama*: mia; *bhuta mabesvaram*: il grande Signore che controlla tutti gli esseri/ tutte le esistenze.

"Gli stupidi non mi rispettano quando mi manifesto in una forma umana. Non conoscono la mia natura trascendentale/ suprema come il grande Signore di tutti gli esseri/ di tutte le esistenze.

9.12

*moghasa mogha karmano mogha jnana vicetasab
rakshasim asurim caiva prakritim mobinim asritab*

mogha asab: confusi nei loro desideri; *mogha karmanab*: confusi nelle loro azioni; *mogha-jnanab*: confusi nella loro conoscenza; *vicetasab*: privi di consapevolezza; *rakshasim*: dei Rakshasa; *asurim*: degli Asura; *ca*: e; *iva*: certamente; *prakritim*: la natura; *mobinim*: che confonde; *sritab*: prende rifugio.

"Coltivando speranze/ desideri illusori, impegnandosi in attività illusorie, e convinti nella loro illusione di conoscenza (questi sciocchi) sono confusi da una consapevolezza errata, perciò prendono certamente rifugio nella natura distorta di *rakshasa* e *asura*."

9.13

*mabatmanas tu mam partha daivim prakritim asritab
bhajanti ananya manaso jnatva bhutadim avyayam*

maba-atmanab: le grandi anime; *tu*: ma; *mam*: me; *partha*: o figlio di Pritha (Arjuna); *daivim*: risplendente/ dei *deva*; *prakritim*: nella natura; *asritab*: rifugiandosi; *bhajanti*: adorano/ servono; *ananya*: indivisa; *manasab*:

attenzione/ meditazione; *jnatva*: conoscendo; *bbuta adim*: l'origine di (tutte) le esistenze/ gli esseri; *avyayam*: imperituro/ eterno.

"O figlio di Pritha (Arjuna), le grandi anime prendono invece rifugio nella natura divina e mi adorano/ servono con attenzione indivisa, sapendo che io sono l'inesauribile origine di ogni cosa/ di tutti gli esseri.

9.14

*satatam kirtayanto mam yatantas ca dridha vratab
namasyantas ca mam bhaktya nitya yukta upasate*

satatam: sempre/ costantemente; *kirtayantab*: recitando/ cantando/ discutendo; *mam*: su di me; *yatantab*: sforzandosi sinceramente; *ca*: e; *dridha-vratab*: osservando fermamente i loro voti; *namasyantab*: offrendo i loro omaggi; *ca*: e; *mam*: me; *bhaktya*: con amore e devozione; *nitya yuktab*: sempre impegnati (nello *yoga*); *upasate*: adorano.

"Sempre parlando (cantando, ecc) di me, si impegnano fermamente in voti con grande determinazione, mi offrono i loro omaggi e mi adorano con devozione, eternamente collegati con me/ nello *yoga*.

9.15

*jnana yajnena capy anye yajanto mam upasate
ekatvena prithaktvena babudha visvato mukham*

jnana: della conoscenza; *yajnena*: con il sacrificio; *ca*: e; *apy*: certamente; *anye*: altri; *yajantab*: che celebrano sacrifici; *mam*: me; *upasate*: adorano; *ekatvena*: nell'unità; *prithaktvena*: nella coppia; *babudha*: nella molteplicità; *visvatab mukham*: come la forma universale.

"Altri si impegnano nel sacrificio/ nella coltivazione della conoscenza, altri mi adorano attraverso vari rituali, come l'Uno, come la Coppia, come i Molti, o come la Forma Universale.

9.16

*abam kratu abam yajnah svadhaham abam ausadham
mantra 'ham abam evajyam abam agnir abam hutam*

abam: io (sono); *kratub*: il rituale vedico; *abam*: io (sono); *yajnah*: l'azione sacra; *svadha*: le offerte ai Pitri; *abam*: io (sono); *abam*: io (sono); *ausadham*: l'erba medicinale/ la sostanza psicotropica; *mantra*: il *mantra*; *abam*: io (sono); *abam*: io (sono); *eva*: certamente/ anche; *ajyam*: l'oblazione di burro chiarificato; *abam*: io (sono); *agnir*: il fuoco; *abam*: io (sono); *hutam*: l'offerta stessa.

"Io sono il *kratu*, io sono lo *yajna*, io sono lo *svadha*, io sono l'*ausadha*, io sono il *mantra*, io sono il burro chiarificato, io sono il fuoco, e l'atto dell'offerta.

9.17

*pitaham asya jagato mata dbata pitamahab
vedyam pavitram omkara rik sama yajur eva ca*

pita: il padre; *abam*: io sono; *asya*: di questo; *jagatab*: universo; *mata*: la madre; *dbata*: il sostegno/ che mantiene; *pitamahab*: l'antenato; *vedyam*: l'oggetto della conoscenza; *pavitram*: perfettamente puro; *omkara*: la sacra sillaba *om*; *rik*: il *Rig Veda*; *sama*: il *Sama Veda*; *yajur*: lo *Yajur Veda*; *eva*: certamente; *ca*: anche.

"Io sono il padre di questo (mondo), io sono la madre, il sostegno, l'antenato. Io sono l'oggetto della conoscenza, io sono la fonte della purificazione. Io sono l'Omkaara, e il *Rig*, il *Sama* e lo *Yajur (Veda)*.

9.18

*gatir bharta prabhuh saksi nivasab saranam subrit
prabhavah pralayab sthanam nidhanam bijam avyayam*

gatir: lo scopo; *bharta*: colui che nutre; *prabhuh*: il Signore; *saksi*: il testimone; *nivasab*: la dimora; *saranam*: il rifugio; *subrit*: l'amico; *prabhavah*: la creazione; *pralayab*: la distruzione; *sthanam*: il mantenimento; *nidhanam*: il ricettacolo; *bijam*: il seme; *avyayam*: che non è mai distrutto.

"Io sono la destinazione, il Signore, che nutre ed è testimone di ogni cosa. Io sono la dimora, il rifugio, l'amico. Io sono l'origine, la fine, il fondamento, il ricettacolo e il seme che non perisce mai.

9.19

*tapamy abam abam varsham ngribnamy utsrijami ca
amritam caiva mrityus ca sad asat caham arjuna*

tapami: io riscaldo; *abam*: io; *abam*: io; *varsam*: la pioggia; *ngribnami*: trattengo; *utsrijami*: faccio scendere; *ca*: e; *amritam*: immortalità; *ca*: e; *eva*: certamente; *mrityub*: morte; *ca*: e; *sat*: *sat*; *asat*: *asat*; *ca*: anche; *abam*: io (sono); *arjuna*: o Arjuna.

"Io sono l'origine del calore (del sole), io faccio scendere la pioggia o la trattengo. Io sono l'immortalità e anche la morte. Io sono *sat* e anche *asat*, o Arjuna.

9.20

*traī vidya mam soma pab puta papa yajnair istva svar gatim prarthayante
te punyam asadya surendra lokam asnanti divyan divi deva bhogan*

traī-vidya: coloro che conoscono i 3 *Veda*; *mam*: me; *soma-pab*: bevono il *soma rasa*; *puta*: purificati; *papa*: azioni negative; *yajnaib*: con i sacrifici; *istva*: adorando; *svah-gatim*: il raggiungimento di Svarga; *prarthayante*: pregano per ottenere; *te*: loro; *punyam*: virtuosi; *asadya*: ottenendo; *sura-indra-lokam*: il pianeta del re dei *deva*; *asnanti*: mangiano; *divyan*: divini; *divi*: nel cielo; *deva-bhogan*: i piaceri dei *deva*.

"Coloro che conoscono i tre (*Veda*), che bevono il *soma* e che si sono purificati da ogni negatività attraverso (gli atti di) sacrificio, mi adorano (in questo modo) e pregano di raggiungere Svarga. Dopo aver raggiunto i (pianeti) virtuosi del re dei *sura* (Indra) nel cielo, godono dei piaceri celestiali dei *deva*.

9.21

*te tam bhuktvā svarga lokam visalam ksine punye martya lokam visanti
evam trayi dharmam anuprapanna gatagatam kama kama labhante*

te: loro; *tam*: quello; *bhuktvā*: godendo; *svarga-lokam*: di Svargaloka; *visalam*: grandi; *ksine*: dopo aver esaurito; *punye*: i meriti virtuosi; *martya lokam*: sul pianeta delle persone mortali; *visanti*: cadono; *evam*: così; *trayi dharmam*: dei tre *dharmā*; *anuprapannā*: che seguono; *gata agatam*: andando e venendo; *kama kama*: il desiderio per i desideri; *labhante*: ottengono.

"Dopo molto tempo passato a godere di Svargaloka, coloro che hanno esaurito i propri meriti virtuosi ricadono al livello dei mortali. In questo modo, seguendo strettamente la via dei tre *dharmā*, sviluppano una fame per i desideri e continuano a nascere e morire.

9.22

*ananyas cintayanto mam ye janab paryūpasate
tesam nityābhīyuktanam yoga ksemam vahamī aham*

ananyā: senza altri; *cintayantā*: pensieri/ preoccupazioni/ interessi; *mam*: me; *ye*: quelle; *janab*: persone; *paryūpasate*: adorano perfettamente; *tesam*: a loro; *nityā-abhīyuktanam*: sempre impegnati in modo favorevole/ costruttivo; *yoga-ksemam*: ciò che è necessario per il loro servizio; *vahamī*: io porto; *aham*: io (personalmente).

"Coloro che sono interessati soltanto a me e alla mia adorazione/ al mio servizio, sono sempre impegnati in modo costruttivo/ favorevole. Io personalmente mi preoccupo di procurare loro ciò di cui hanno bisogno.

9.23

*ye 'py anyā devatā bhaktā yajante sraddhāyanvitā
te 'pī mam eva kaunteya yajanty avidhī purvakam*

ye: quelli; *apī*: anche; *anyā devatā*: altri *devā*; *bhaktā*: i devoti; *yajante*: adorano; *sraddhāyanvitā*: con quella fede; *te*: loro; *apī*: anche; *mam*: me; *eva*: certamente;

kaunteya: o figlio di Kunti (Arjuna); *yajanti*: stanno adorando; *a vidhi*: non secondo la conoscenza/ le regole; *purvakam*: precedente.

"O Arjuna, quei devoti che adorano i *deva* separatamente con quella fede, stanno in realtà adorando me soltanto, ma agiscono in un modo che non è in accordo con la giusta conoscenza.

9.24

*abam hi sarva yajnanam bhokta ca prabbur eva ca
na tu mam abhijananti tattvenatas cyavanti te*

abam: io (sono); *hi*: certamente; *sarva yajnanam*: di tutti gli *yajna*; *bhokta*: il beneficiario; *ca*: e; *prabbur*: il Signore; *eva*: certamente; *ca*: e; *na*: non; *tu*: ma; *mam*: me; *abhijananti*: conoscono; *tattvena*: in verità; *atab*: perciò; *cyavanti*: cadono; *te*: loro.

"Io sono il Signore e il beneficiario di tutti gli *yajna*. Coloro che non comprendono il mio *tattva* dovranno rinascere nuovamente.

9.25

*yanti deva vrata devan pitrin yanti pitri vratab
bhutani yanti bhutejya yanti mad yajino 'pi mam*

yanti: vanno; *deva vratab*: coloro che si dedicano ai *deva*; *devan*: dai *deva*; *pitrin*: dai *pitri*; *yanti*: vanno; *pitri vratab*: coloro che si dedicano ai *pitri*; *bhutani*: dai fantasmi/ dagli esseri; *yanti*: vanno; *bhuta ijjab*: coloro che sacrificano ai fantasmi/ agli esseri viventi; *yanti*: vanno; *mad yajinah*: coloro che sacrificano a me; *api*: certamente; *mam*: me.

"Coloro che si dedicano all'adorazione dei *deva* andranno a stare con i *deva*, coloro che adorano i *pitri* andranno dai *pitri*, coloro che adorano i fantasmi e altri esseri li raggiungeranno. Nello stesso modo, coloro che sacrificano a me verranno a me.

9.26

*patram puspam phalam toyam yo me bhaktya prayacchati
tad abam bhakty upabritam asnami prayatatmanah*

patram: una foglia; *pushpam*: un fiore; *phalam*: un frutto; *toyam*: dell'acqua; *yah*: uno che; *me*: a me; *bhaktya*: con amore e devozione; *prayacchati*: chiede di accettare; *tat*: quello; *abam*: io; *bhakti upabritam*: (poiché è stata) presentata con amore e devozione; *asnami*: io mangio; *prayata atmanah*: sinceramente dedicati /con cuore puro.

"Se qualcuno, con sincero amore e devozione, mi offre anche soltanto una foglia, un fiore, un frutto o un po' d'acqua, io accetterò l'offerta a causa di quell'amore e di quella devozione.

9.27

*yat karosi yad asnasi yaj jubosi dadasi yat
yat tapasyasi kaunteya tat kuruva mad arpanam*

yat: quello che/ qualsiasi cosa; *karosi*: tu fai; *yat*: quello che/ qualsiasi cosa; *asnasi*: tu mangi; *yat*: quello che/ qualsiasi cosa; *jubosi*: tu sacrifici; *dadasi*: tu dai in carità; *yat*: quello che/ qualsiasi cosa; *yat*: quello che/ qualsiasi cosa; *tapasyasi*: sopporti come austerità; *kaunteya*: o figlio di Kunti (Arjuna); *tat*: quello; *kurusva*: dovresti fare; *mat arpanam*: come offerta a me.

"O Arjuna, tutto ciò che fai, mangi, sacrifici o dai in carità, tutto ciò che sopporti nel compimento dei tuoi doveri - fallo per me.

9.28

*subhasubhas phalair evam moksyase karma bandhanaih
sannyasa yoga yuktaatma vimukto mam upaisyasi*

subha: di buon augurio/ favorevoli; *asubha*: di cattivo augurio/ sfavorevoli; *phalaih*: i risultati; *evam*: così; *moksyase*: diventerai libero; *karma bandhanaih*: dai legami dell'azione; *sannyasa yoga*: nel *sannyasa yoga*; *yukta atma*: impegnando te stesso; *vimukta*: liberato; *mam*: me; *upaisyasi*: raggiungerai.

"O Arjuna, impegnandoti nel *sannyasa yoga* (il principio della rinuncia), diventerai libero dai legami delle attività, e dai risultati favorevoli e sfavorevoli delle azioni. In questo modo potrai raggiungermi.

9.29

*samo 'ham sarva bhutesu na me dvesyo 'sti na priyah
ye bhajanti tu mam bhaktya mayi te tesu ca'py abam*

samab: ugualmente (ben) disposto; *abam:* io (sono); *sarva:* (verso) tutti; *bhutesu:* gli esseri viventi; *na:* non; *me:* per me; *dvesyab:* (qualcuno) odiato; *asti:* c'è; *na:* non; *priyah:* (qualcuno) caro; *ye:* quelli; *bhajanti:* offrono un servizio sincero; *tu:* ma; *mam:* me; *bhaktya:* con devozione; *mayi:* in me; *te:* loro; *tesu:* in loro; *ca:* e; *api:* certamente; *abam:* io (sono).

"Sono ugualmente (ben) disposto verso tutti gli esseri viventi. Non odio nessuno, e non favorisco nessuno. Eppure, quando qualcuno mi offre un servizio sincero con devozione, è situato in me e io sono situato in lui.

9.30

*api cet suduracaro bhajate mam ananya bhak
sadhur eva sa mantavyah samyag vyavasito hi sab*

api: persino; *cet:* se; *su dura acarab:* pessimo comportamento; *bhajate:* offre sinceramente servizio; *mam:* me; *ananya bhak:* senza altri attaccamenti o interessi; *sadhub:* una brava persona; *eva:* certamente; *sab:* questa persona; *mantavyah:* deve essere considerata; *samyak:* completamente; *vyavasitab:* situata; *hi:* in verità; *sab:* lui/ lei.

"Quando una persona è pienamente immersa e impegnata nel vero servizio devozionale, senza alcuna altra preoccupazione o desiderio, deve essere considerata un *sadhu*, anche se sembra avere un pessimo comportamento. La sua posizione è su un livello diverso.

9.31

*ksipram bhavati dharmatma sasvac chantim nigacchati
kaunteya pratijanibi na me bhaktah pranasyati*

145

ksipram: molto presto; *bhavati*: diventa; *dharmā atma*: totalmente dedito al *dharmā*; *sasvat*: in modo permanente; *santim*: la pace; *nigacchati*: raggiunge; *kaunteya*: o figlio di Kuntī (Arjuna); *pratijānīhi*: (per favore) dichiara; *na*: non; *me*: mio; *bhaktāb*: devoto; *pranasyati*: viene distrutto.

"Ben presto il mio devoto diventa totalmente dedito al *dharmā* e raggiunge una serenità permanente. O figlio di Kuntī, puoi (tranquillamente) dire che il mio devoto non perirà mai.

9.32

*mam hi partha vyapasritya ye 'pi syuh papa yonayah
striyo vaisyas tatha sudras te 'pi yanti param gatim*

mam : me; *hi*: in verità; *partha*: o figlio di Pritha (Arjuna); *vyapasritya*: ha preso pienamente rifugio; *ye*: quelli che; *apī*: persino; *syuh*: se fossero; *papa yonayah*: nati da un rapporto sessuale impuro; *striyah*: donne; *vaiśyāb*: imprenditori; *tathā*: anche; *sudrah*: operai e manovali; *te*: loro; *apī*: anche; *yanti*: raggiungono; *param*: la suprema; *gatim*: destinazione.

"O Arjuna, coloro che hanno preso completo rifugio in me raggiungeranno la destinazione suprema, anche se fossero nati da un atto sessuale impuro, se fossero donne, imprenditori e commercianti, o lavoratori manuali.

9.33

*kim punar brahmanah punya bhakta rajarsayah tatha
anityam asukham lokam imam prapya bhajasva mam*

kim : cosa/ quanto; *punah*: ancora; *brahmanah*: i *brahmanā*; *punya*: dotati di meriti religiosi; *bhaktā*: che hanno amore e devozione per Dio; *rajarshayah*: i re santi; *tathā*: anche; *anityam*: non permanente; *asukham*: privo di vera gioia; *lokam*: mondo; *imam*: questo; *prapya*: hanno raggiunto; *bhajasva*: immersi nel servizio devozionale; *mam*: a me.

Che dire dei *brahmanā*, (i devoti virtuosi) e i re santi (che sono ricchi di devozione e di meriti religiosi), e che sono immersi nel servizio di devozione a me, anche in questo mondo che è impermanente e insoddisfacente.

*man mana bhava mad bhakto mad yaji mam namaskuru
mam evaisyasi yuktaivam atmanam mat parayanab*

mat: a me; *manab*: pensa; *bhava*: diventa; *mat*: di me; *bhaktab*: devoto; *mat*: di me; *yaji*: un adoratore; *mam*: a me; *namab kuru*: offri rispetto; *mam*: me; *eva*: certamente; *eshyasi*: raggiungerai/ verrai; *yukta*: collegato; *evam*: perciò; *atmanam*: l'atman; *mat-parayanab*: dedicato a me.

"Pensa sempre a me, diventa mio devoto e mio adoratore. Offrimi il tuo rispetto e dedicati a me. Grazie a questo collegamento, mi raggiungerai.

Capitolo 10: Vibhuti yoga Lo yoga dei poteri

*sri bhagavan uvaca
bhuya eva maha baho srinu me paramam vacab
yat te 'ham priyamanaya vaksyami hita kamyaya*

sri: meraviglioso; *bhagavan*: Signore; *uvaca*: disse; *bhuyab*: di nuovo; *eva*: certamente; *maha baho*: che hai grandi braccia; *srinu*: ascolta; *me*: me; *paramam*: supremo; *vacab*: discorso; *yat*: che; *te*: a te; *aham*: io; *priyamanaya*: considerando caro; *vaksyami*: io dirò; *hita kamyaya*: per il tuo bene.

Il Signore meraviglioso disse, "O potente Arjuna, ascoltami. Ti parlerò della spiegazione suprema (sulla Trascendenza). Lo farò per te, perché mi sei molto caro/ mi dà grande piacere.

10.2

*na me vidub sura ganah prabhavam na maharsayah
aham adir hi devanam maharsinam ca sarvasah*

na: non; *me*: me; *vidub*: conosco; *sura ganah*: i gruppi dei *deva*; *prabhavam*: la manifestazione; *na*: non; *maharsayah*: i grandi Rishi; *aham*: io; *adir*: l'origine; *hi*: certamente; *devanam*: dei *deva*; *maharsinam*: dei grandi Rishi; *ca*: e/ anche; *sarvasah*: in ogni cosa.

"Nemmeno i Deva e i grandi Rishi sono in grado di conoscere la mia origine, perché io sono l'origine di tutto, compresi i Deva e i Rishi.

10.3

*yo mam ajam anadim ca veti loka mahesvaram
asammudhab sa martyesu sarva papaih pramucyate*

yah: una persona che; *mam*: me; *ajam*: non-nato; *anadim*: senza origine; *ca*: e; *veti*: conosce; *loka maha isvaram*: il grande sovrano di tutti i pianeti/ di tutti i popoli; *asammudhab*: libero dall'illusione; *sah*: lui/ lei; *martyesu*: tra gli esseri mortali; *sarva papaih*: da ogni difetto; *pramucyate*: diventa libero.

"Una persona che mi conosce/ comprende/ realizza come la Realtà che è non-nata e senza origine, (mi vede come) il grande sovrano e signore di tutti i pianeti e di tutte le genti. Questa persona, anche mentre vive ancora in un corpo mortale, è libera da ogni illusione e si purifica da ogni negatività.

10.4

*buddhir jnanam asammohah ksama satyam damah samah
sukham dukham bhavo 'bhavo bhayam cabbayam eva ca*

buddhib: intelligenza; *jnanam*: conoscenza; *asammohah*: libertà dalla confusione; *ksama*: capacità di perdonare; *satyam*: veridicità; *damah*: controllo di sé; *samah*: equilibrio mentale; *sukham*: gioia; *dukham*: tristezza; *bhavah*: esistenza; *abhavah*: non-esistenza; *bhayam*: paura; *ca*: e; *abbayam*: libertà dalla paura; *eva*: anche; *ca*: e.

"Intelligenza, conoscenza, libertà dalla confusione, capacità di perdonare, veridicità, autocontrollo, equilibrio mentale, gioia, tristezza, esistenza e non-esistenza, come anche paura e libertà dalla paura (sono ordinate da me).

10.5

*abimsa samata tustis tapo danam yaso 'yasab
bhavanti bhava bbutanam matta eva prithag vidbah*

abimsa: libertà dall'odio; *samata*: equanimità; *tustib*: capacità di accontentarsi; *tapab*: austerità; *danam*: carità; *yasab*: buona reputazione; *ayasab*: cattiva reputazione; *bhavanti*: diventano/ si verificano; *bhava*: esistenza/ caratteristica naturale; *bbutanam*: degli esseri; *mattab*: da me; *eva*: certamente; *prithak vidbah*: vari tipi.

"Libertà dall'odio, equanimità, capacità di accontentarsi, austerità, carità, buona reputazione e anche cattiva reputazione: tutte queste si manifestano come situazioni naturali degli esseri, e sono disposte da me.

10.6

*maharsayah sapta purve catvaro manavas tatha
mad bhava manasa jata yesam loka imah prajab*

maharsayah: i grandi *rishi*; *sapta*: i sette; *purve*: prima (di loro); *catvarab*: i quattro; *manavab*: i Manu; *tatha*: e anche; *mat bhavab*: creati da me; *manasa*: dalla mente; *jatab*: nati; *yesham*: di loro; *loke*: nel mondo; *imah*: queste; *prajab*: le creature.

"I grandi sette Rishi, i quattro (che erano nati) prima di loro, e i Manu, tutti sono stati creati da me e generati attraverso la mente. Tutte le creature di questo mondo discendono da loro.

10.7

*etam vibhitim yogam ca mama yo veti tattvatab
so 'vikalpena yogena yujyate natra samsayah*

149

etam: questo; *vibhuti*: potere; *yogam*: unione; *ca*: e; *mama*: mio; *yah*: una persona che; *vetti*: conosce; *tattvatab*: in verità; *sab*: lui/ lei; *avikalpena*: senza distrazione; *yogena*: nello *yoga*; *yujyate*: è impegnato; *na*: non; *atra*: qui; *samsayah*: (c'è) dubbio.

"Una persona che comprende veramente tutto questo, e conosce questo *vibhuti yoga* si impegna certamente nella meditazione, senza alcun dubbio.

10.8

*aham sarvasya prabhavo mattah sarvam pravartate
iti matva bhajante mam budha bhava samanvitah*

aham: io (sono); *sarvasya*: di tutto; *prabhavah*: l'origine dell'esistenza; *mattah*: da me; *sarvam*: ogni cosa; *pravartate*: emana; *iti*: così; *matva*: pensando; *bhajante*: adorano; *mam*: me; *budhah*: le persone intelligenti; *bhava samanvitah*: con grande attenzione.

"Io sono l'origine dell'esistenza di ogni cosa, poiché tutto emana da me. Le persone intelligenti lo ricordano, e mi adorano con intensa attenzione.

10.9

*mac citta mad gata prana bodhayantah parasparam
kathayantas ca mam nityam tusyanti ca ramanti ca*

mat cittah: con la consapevolezza fissa su di me; *mad-gata-pranah*: avendo dedicato a me la loro vita e la loro energia; *bodhayantah*: aiutano a comprendere; *parasparam*: l'un l'altro; *kathayantah*: discutono; *ca*: e; *mam*: me; *nityam*: sempre; *tusyanti*: trovano soddisfazione; *ca*: e; *ramanti*: trovano piacere; *ca*: e/ anche.

"Concentrano su di me la loro consapevolezza, dedicano tutte le proprie energie a me, e discutono sempre per aiutarsi a vicenda a comprendermi meglio. In questo, trovano grande piacere e soddisfazione.

10.10

*tesam satata yuktanam bhajatam priti purvakam
dadami buddhi yogam tam yena mam upayanti te*

tesam: per loro; *satata-yuktanam*: sempre uniti nello *yoga*; *bhajatam*: adorano; *priti purvakam*: in modo amorevole; *dadami*: io dò; *buddhi yogam*: lo *yoga* dell'intelligenza; *tam*: quello; *yena*: per il quale; *mam*: a me; *upayanti*: arrivano; *te*: loro.

"A coloro che sono sempre collegati con me servendomi con amore e devozione, io dò il *buddhi yoga*, l'impegno attraverso l'intelligenza, tramite il quale arriveranno a me.

10.11

*tesam evanukampartham abam ajnana jam tamah
nasayamy atma bhava stho jnana dipena bhasvata*

tesam: per loro; *eva*: certamente; *anukampa artham*: per bontà; *abam*: io; *ajnana jam*: nata dall'ignoranza; *tamah*: tenebra; *nasayami*: distruggo; *atma bhava sthah*: situato nell'esistenza del loro Sé; *jnana dipena*: con la lampada della conoscenza; *bhasvata*: radiosa.

"Per gentilezza nei loro confronti, io distruggo la tenebra dell'ignoranza dall'interno del loro cuore, (risplendendo con) la lampada radiante della conoscenza.

10.12

*arjuna uvaca
param brahma param dhama pavitram paramam bhavan
purusam sasvatam divyam adi devam ajam vibhum*

arjunah: Arjuna; *uvaca*: disse; *param brahma*: il Brahman supremo; *param dhama*: la dimora suprema; *pavitram*: purificatore; *paramam*: supremo; *bhavan*: tu; *purusham*: il Purusha; *sasvatam*: eterno; *divyam*: divino; *adi devam*: il primo dei *deva*; *ajam*: non-nato; *vibhum*: potente.

Arjuna disse, "Tu sei il Brahman supremo, la dimora suprema, il supremo purificatore. Tu sei il Purusha eterno e divino, il primo dei Deva, non-nato e onnipotente.

10.13

*abuh tvam risayab sarve devarsir naradas tatba
asito devalo vyash svayam caiva bravisi me*

abuh: dicono; *tvam*: tu; *risayab*: i Rishi; *sarve*: tutti; *devarsib*: i *rishi* tra i *deva*; *naradab*: Narada; *tatba*: e anche; *asitab*: Asita; *devalab*: Devala; *vyasab*: Vyasa; *svayam*: tu stesso; *ca*: e; *eva*: certamente; *bravisi*: stai dicendo; *me*: a me.

"Tutti i Rishi lo dicono - Devarshi Narada, e anche Asita, Devala, Vyasa - e ora tu me lo stai dicendo, molto chiaramente.

10.14

*sarvam etad ritam manye yan mam vadasi kesava
na hi te bhagavan vyaktim vidur deva na danavah*

sarvam: tutto; *etat*: questo; *ritam*: la regola della verità; *manye*: io considero; *yat*: che; *mam*: a me; *vadasì*: stai dicendo; *kesava*: o Kesava; *na*: non; *hi*: certamente; *te*: tua; *bhagavan*: Dio; *vyaktim*: manifestazione; *viduh*: conosco; *devab*: i *deva*; *na*: non; *danavah*: i *danava*.

"O Kesava, io considero come la verità suprema tutto ciò che hai detto. Certamente né i Deva né i Danava sono capaci di comprendere la tua divina manifestazione.

10.15

*svayam evatmanatmanam vettha tvam purusottama
bhuta bhavana bhutesa deva deva jagat pate*

svayam: personalmente/ tu stesso; *eva*: certamente; *atmana*: il sé; *atmanam*: il sé; *vettha*: (tu) sai; *tvam*: tu; *purusha uttama*: o Purusha supremo; *bhuta bhavana*:

origine di ogni cosa; *bhuta isa*: Signore di (tutti gli) esseri; *deva deva*: Dio degli Dei; *jagat pate*: protettore dell'universo.

"Tu certamente conosci te stesso, (poiché tu sei) il Param Atman (l'*atman* dell'*atman*). O Purusha supremo, origine di ogni cosa, Signore di tutti gli esseri, Dio degli Dei, e protettore dell'universo!

10.16

*vaktum arhasy asesena divya hy atma vibhutayah
yabbir vibhutibhir lokan imams tvam vyapya tisthasi*

vaktum: dire; *arhasi*: dovresti; *asesena*: da infiniti; *divya*: divini; *hi*: in verità; *atma-vibhutayah*: dai tuoi poteri personali; *yabbir*: da essi; *vibhutibhir*: poteri/meraviglie; *lokan*: tutti i pianeti/ tutta la gente; *imam*: questo; *tvam*: tu; *vyapya*: pervaso; *tisthasi*: rimani/ sei situato.

"Ti prego di dirmi di più sui (tuoi) illimitati poteri divini, con i quali tu pervadi tutti questi pianeti e rimani situato in essi.

10.17

*katham vidyam abam yogims tvam sada paricintayan
kesu kesu ca bhavesu cintyo 'si bhagavan maya*

katham: come; *vidyam abam*: dovrei conoscerti; *yogin*: o yogi; *tvam*: tu; *sada*: sempre; *paricintayan*: meditando su; *kesu kesu*: in quali (modi differenti); *ca*: e; *bhavesu*: nei sentimenti; *cintyo asi*: dovresti essere contemplato; *bhagavan*: Dio; *maya*: da me.

"O Yogi, come dovrei conoscerti meditando costantemente? O Signore, in quali differenti modi e sentimenti dovrei contemplarti?

10.18

*vistarenatmano yogam vibhutim ca janardana
bhuyah kathaya triptir hi srinvato nasti me 'mritam*

vistarena: in vari modi; *atmanab*: l'*atman*; *yogam*: lo *yoga*; *vibbutim*: il potere/opulenza; *ca*: e; *janardana*: o Janardana; *bhuyab*: di nuovo; *kathaya*: descrivi; *triptih*: soddisfazione; *bi*: in verità; *srivatab*: ascoltando; *na*: non; *asti*: c'è; *me*: per me; *amritam*: nettare.

"O Janardana, (ti prego) descrivi nuovamente le varie manifestazioni del tuo *vibhuti yoga*, perché non mi stancherei mai di ascoltare questo nettare.

10.19

sri bhagavan uvaca
bante te kathayisyami dinya hy atma vibhutayab
pradbhanyatab kuru srestha nasty anto vistarasya me

sri: il meraviglioso; *bhagavan*: Signore; *uvaca*: disse; *banta*: sì; *te*: a you; *kathayisyami*: parlerò; *dinya*: divine; *bi*: in verità; *atma vibhutayab*: le potenze del sé; *pradbhanyatab*: le principali; *kuru srestha*: o migliore dei Kuru; *na*: non; *asti*: c'è; *antab*: la fine; *vistarasya*: della varietà; *me*: mia.

Il Signore meraviglioso disse, "Sì, o migliore tra i Kuru, ti dirò delle potenze divine del Sé, ma soltanto delle principali, perché non c'è fine alla varietà (delle mie glorie).

10.20

aham atma gudakesa sarva bhutasaya sthitab
aham adis ca madhyam ca bbutanam anta eva ca

aham: io (sono); *atman*: l'*atman*/ il Sé; *gudakesa*: o Gudakesa; *sarva-bhuta*: di tutti gli esseri; *asaya sthitab*: situato/ stabilito nel cuore ; *aham*: io (sono); *adib*: l'inizio; *ca*: e; *madhyam*: la metà; *ca*: e; *bbutanam*: degli esseri; *antab*: la fine; *eva*: certamente; *ca*: e anche.

"O Gudakesha, io sono l'*atman* situato nel cuore di tutti gli esseri. Io sono anche l'inizio, la metà e la fine di tutti gli esseri.

10.21

*adityanam abam visnur jyotisam ravir amsuman
maricir marutam asmi naksatranam abam sasi*

adityanam: degli Aditya; *abam*: io (sono); *visnub*: Vishnu; *jyotisam*: delle luci; *ravib*: il sole; *amsuman*: radioso; *maricib*: Marici; *marutam*: dei Maruta; *asmi*: io sono; *naksatranam*: delle case lunari; *abam*: io (sono); *sasi*: la luna.

"Tra gli Aditya, io sono Vishnu. Tra le luci, sono il sole radioso. Per i Maruta, sono Marici. Per le costellazioni, sono la luna.

10.22

*vedanam sama vedo 'smi devanam asmi vasavah
indriyanam manas casmi bhutanam asmi cetana*

vedanam: dei *Veda*; *sama vedab*: il *Sama Veda*; *asmi*: io sono; *devanam*: dei *deva*; *asmi*: io sono; *vasavah*: il governatore; *indriyanam*: tra i sensi; *manab*: la mente; *ca*: e; *asmi*: io sono; *bhutanam*: degli esseri; *asmi*: io sono; *cetana*: la consapevolezza.

"Dei *Veda*, io sono il *Sama*. Tra i *deva*, sono *Vasava*. Tra i sensi, sono la mente. Negli esseri viventi, sono la consapevolezza.

10.23

*rudranam sankaras casmi vitteso yaksha raksasam
vasunam pavakas casmi merub sikharinam abam*

rudranam: dei Rudra; *sankarab*: Sankara; *ca*: e; *asmi*: io sono; *vitta isab*: il Signore delle ricchezze; *yaksha-rakshasam*: degli Yaksha e Rakshasa; *vasunam*: dei Vasu; *pavakab*: il fuoco; *ca*: e; *asmi*: io sono; *merub*: il Meru; *sikharinam*: delle montagne; *abam*: io sono.

"Dei Rudra, io sono Shankara. Tra gli Yaksha e Rakshasa, io sono il Signore delle ricchezze. Tra i Vasu sono il fuoco, e tra le montagne, sono Meru.

10.24

*purodhasam ca mukhyam mam viddhi partha brihaspatim
senaninam abam skandab sarasam asmi sagarab*

purodhasam: dei sacerdoti; *ca*: e; *mukhyam*: il principale; *mam*: me; *viddhi*: dovresti sapere; *partha*: o figlio di Pritha; *brihaspatim*: Brihaspati; *senaninam*: dei generali; *abam*: io (sono); *skandab*: Skanda; *sarasam*: tra i laghi; *asmi*: io sono; *sagarab*: l'oceano.

"O figlio di Pritha, sappi che tra i sacerdoti io sono il principale, Brihaspati. Tra i generali, sono Skanda. Tra i laghi, sono l'oceano.

10.25

*maharsinam bhrigub abam giram asmy ekam aksaram
yajnanam japa yajno 'smi sthavaranam himalayab*

maha risinam: dei grandi Rishi; *bhrigub*: Bhrigu; *abam*: io (sono); *giram*: delle parole; *asmi*: io sono; *ekam aksaram*: quella di una sola sillaba; *yajnanam*: tra gli *yajna*; *japa yajna*: il *japa yajna*; *asmi*: io sono; *sthavaranam*: tra le cose stabilite; *himalayab*: l'Himalaya.

"Tra i grandi Rishi, sono Bhrigu. Tra le parole, sono la sillaba unica. Tra i sacrifici, sono il japa. Tra le cose stabilite, sono l'Himalaya.

10.26

*asvatthab sarva vrikshanam devarsinam ca naradab
gandharvanam citraratab siddhanam kapilo munib*

asvatthab: l'albero banyano Asvattha; *sarva-vrikshanam*: di tutte le piante; *devarsinam*: dei Rishi tra i *deva*; *ca*: e; *naradab*: Narada; *gandharvanam*: dei Gandharva; *citraratab*: Citraratha; *siddhanam*: dei Siddha; *kapilab*: Kapila; *munib*: il saggio silenzioso.

"Tra tutte le piante, io sono l'asvattha. Tra i Rishi dei Deva, sono Narada. Tra i Gandharva, io sono Citraratha. Tra i Siddha, io sono Kapila Muni.

10.27

*uccaihsravasam asvanam viddhi mam amritodbhavam
airavatam gajendranam naranam ca naradhipam*

uccaihsravasam: Ucchairsrava; *asvanam*: dei cavalli; *viddhi*: dovresti sapere; *mam*: me; *amrita udbhavam*: sorto dal nettare; *airavatam*: Airavata; *gajendranam*: dei re degli elefanti; *naranam*: degli esseri umani; *ca*: e; *nara adhipam*: il capo.

"Tra i cavalli, sono Ucchairsrava, nato dal nettare. Tra i re degli elefanti, sono Airavata. Tra gli esseri umani, sono il capo/ il re.

10.28

*ayudhanam abam vajram dhenunam asmi kamadbuk
prajanas casmi kandarpab sarpanam asmi vasukib*

ayudhanam: tra le armi; *abam*: io (sono); *vajram*: il vajra; *dhenunam*: tra le mucche; *asmi*: io sono; *kama dbuk*: la mucca che soddisfa i desideri; *prajana*: tra coloro che generano prole; *ca*: e; *asmi*: io sono; *kandarpab*: Kandarpa; *sarpanam*: tra i serpenti; *asmi*: io sono; *vasukib*: Vasuki.

"Tra le armi, sono il Vajra. Tra le mucche, sono la Kamadhenu. Di coloro che generano prole, sono Kandarpa. Tra i serpenti, sono Vasuki.

10.29

*anantas casmi naganam varuno yadasam abam
pitrinam aryama casmi yamah samyamamatam abam*

anantab: Ananta; *ca*: e; *asmi*: io sono; *naganam*: dei Naga; *varunab*: Varuna; *yadasam*: tra coloro che sono collegati con l'acqua; *abam*: io (sono); *pitrinam*: tra i Pitri; *aryama*: Aryama; *ca*: e; *asmi*: io sono; *yamah*: Yama; *samyamatam*: tra coloro che controllano; *abam*: io (sono).

"Tra i Naga, io sono Ananta. Tra i principi acquatici, sono Varuna. Tra i Pitri sono Aryama, e tra i rappresentanti della legge, sono Yama.

10.30

*prahladas casmi daityanam kalah kalayatam abam
mrganam ca mrigendro 'ham vainateyas ca paksinam*

prahladab: Prahlada; *ca:* e; *asmi:* io sono; *daityanam:* tra i Daitya; *kalah:* tempo; *kalayatam:* tra i conquistatori/ tra le misure; *abam:* io (sono); *mrganam:* degli animali; *ca:* e; *mriga indrab:* il re degli animali; *abam:* io (sono); *vainateyah:* il figlio di Vinata; *ca:* e; *paksinam:* tra gli uccelli.

"Tra i Daitya io sono Prahlada. Tra i conquistatori, sono il tempo. Sono anche il re degli animali tra le bestie, e il figlio di Vinata tra gli uccelli.

10.31

*pavanah pavatam asmi ramah sastra bhritam abam
jhasanam makaras casmi srotasam asmi jahnavi*

pavanah: Pavana; *pavatam:* tra i purificatori; *asmi:* io sono; *ramah:* Rama; *sastra bhritam:* tra coloro che portano armi; *abam:* io (sono); *jhasanam:* tra i pesci; *makarab:* lo squalo/ l'alligatore; *ca:* e; *asmi:* io sono; *srotasam:* tra i fiumi che scorrono; *asmi:* io sono; *jahnavi:* la figlia di Jahnu.

"Tra i purificatori, sono Pavana. Tra coloro che portano le armi, sono Rama. Tra le creature acquatiche, sono il makara. Tra i fiumi che scorrono, io sono Jahnavi.

10.32

*sarganam adir antas ca madhyam caivabam arjuna
adhyatma vidya vidyanam vadab pravadatam abam*

sarganam: delle creazioni; *adib:* l'inizio; *antab:* la fine; *ca:* e; *madhyam:* la metà; *ca:* e; *eva:* certamente; *abam:* io (sono); *arjuna:* Arjuna; *adhyatma-vidya:* la conoscenza del Sé originario; *vidyanam:* tra le scienze; *vadab:* la conclusione; *pravadatam:* delle discussioni; *abam:* io (sono).

"Tra tutte le creazioni, io sono l'inizio, la metà e la fine. O Arjuna, tra le scienze sono la scienza dell'*atman*, e in tutte le discussioni sono la conclusione.

10.33

*akṣaranam a karo 'smi dvandvaḥ samasikāśya ca
aham evaḥsayah kalo dbatabam visvato mukhaḥ*

akṣaranam: tra le lettere; *a-karo*: la lettera A; *asmi*: io sono; *dvandvaḥ*: la parola doppia; *samasikāśya*: tra le parole composte; *ca*: e; *aham*: io (sono); *eva*: certamente; *akṣayah*: imperituro; *kalah*: tempo; *dhata*: il creatore/ destino; *aham*: io (sono); *visvataḥ mukhaḥ*: i cui volti sono ovunque.

"Tra le lettere, sono la A. Tra le parole composte, sono il *dvandva*. Sono il Tempo eterno, il creatore, e l'onnipresente (coscienza dell'universo).

10.34

*mṛityuḥ sarva haṣaḥ abam udbhavaḥ ca bhaviśyatam
kīrtiḥ śrīḥ vak ca nariṇaṃ smṛitiḥ medha dbṛitiḥ kṣama*

mṛityuḥ: la morte; *sarva haṣaḥ*: tra tutti coloro che portano via/ tra coloro che portano via tutto; *ca*: e; *aham*: io (sono); *udbhavaḥ*: l'atto della creazione; *ca*: e; *bhaviśyatam*: delle cose future; *kīrtiḥ*: fama; *śrīḥ*: bellezza e opulenza; *vak*: parola; *ca*: e; *nariṇaṃ*: delle donne; *smṛitiḥ*: memoria; *medha*: intelligenza; *dbṛitiḥ*: determinazione; *kṣama*: pazienza.

"Tra coloro che portano via, io sono la morte. Delle cose future, sono la realizzazione. Nelle donne sono la fama, lo splendore, l'eloquenza, la memoria, l'intelligenza, la determinazione e la pazienza.

10.35

*bṛiḥat sama tatha samnam gayatri chandasam abam
masanam marga śirso 'ham ritunam kuśuma karah*

brihat sama: il Brihat Sama; *tatba*: anche; *samnam*: degli (inni) del Sama; *gayatri*: la Gayatri; *chandasar*: delle metriche poetiche; *abam*: io (sono); *masanam*: tra i mesi; *marga sirshab*: il mese di Margasirsha; *abam*: io (sono); *ritunam*: delle stagioni; *kusuma karab*: che fa i fiori.

"Tra gli inni del Sama Veda, io sono il Brihat Sama. Tra le forme di poesia sono la Gayatri. Tra i mesi sono Margasirsha. Tra le stagioni, sono quella che porta i fiori.

10.36

dyutam chalayatam asmi tejas tejasvinam abam
jayo 'smi vyavasayo 'smi sattvam sattvatam abam

dyutam: gioco d'azzardo; *chalayatam*: tra gli imbrogliatori; *asmi*: io sono; *tejab*: radiosità; *tejasvinam*: di tutto ciò che è radioso; *abam*: io (sono); *jayah*: vittoria; *asmi*: io sono; *vyavasayab*: delle avventure; *asmi*: io sono; *sattvam*: la virtù; *sattva vatam*: del virtuoso; *abam*: io (sono).

"Tra gli ingannatori, sono il gioco d'azzardo. Di tutto ciò che è radioso, io sono il potere che irradia. Di tutte le imprese, io sono la vittoria. Di tutto ciò che è buono, io sono la bontà.

10.37

vrishinam vasudevo 'smi pandavanam dhananjayab
muninam apy abam vyasab kavinam usana kavib

vrishinam: tra i Vrishni; *vasudevab*: Vasudeva (scritto con la prima "a" lunga); *asmi*: io sono; *pandavanam*: tra i Pandava; *dhananjayab*: il conquistatore di ricchezze; *muninam*: tra i Muni; *apy*: sebbene; *abam*: io (sono); *vyasab*: Vyasa; *kavinam*: tra gli studiosi/ i poeti; *usana*: Usana; *kavib*: Kavi.

"Tra i Vrishni io sono Vasudeva. Tra i Pandava, io sono Dhananjaya. Tra i muni, io sono Vyasa, e tra gli studiosi io sono Kavi Usana.

10.38

*dando damatayam ami nitir asmi jigisbatam
maunam caivasmi gubhyanam jnanam jnavatam abam*

dandab: l'uso della forza; *damatayam:* di coloro che controllano; *asmi:* io sono; *nitib:* etica; *asmi:* io sono; *jigisatam:* di coloro che cercano la vittoria; *maunam:* silenzio; *ca:* e; *eva:* certamente; *asmi:* io sono; *gubhyanam:* dei segreti; *jnanam:* la conoscenza; *jnavatam:* degli eruditi; *abam:* io (sono).

"Tra coloro che controllano, io sono l'uso della forza. Di coloro che cercano la vittoria, io sono il comportamento etico. Dei segreti, sono il silenzio. Di coloro che hanno la conoscenza, sono la conoscenza stessa.

10.39

*yac capi sarva bhutanam bijam tad abam arjuna
na tad asti vina yat syan maya bhutam characharam*

yat: qualunque cosa; *ca:* e; *api:* certamente; *sarva-bhutanam:* di tutte le esistenze/ di tutti gli esseri; *bijam:* il seme; *tat:* che; *abam:* io (sono); *arjuna:* Arjuna; *na:* non; *tat:* che; *asti:* c'è; *vina:* senza; *yat:* che; *syat:* che ci sia; *maya:* da me; *bhutam:* di (tutti) gli esseri; *chara acharam:* mobili e immobili.

"O Arjuna, io sono il seme di tutte le esistenze, di tutti gli esseri - mobili e immobili. Senza di me, niente potrebbe mai essere.

10.40

*nanto 'sti mama divyanam vibhutinam parantapa
esa tuddesatab prokto vibhuteh vistaro maya*

na: non; *antab:* fine; *asti:* c'è; *mama:* miei; *divyanam:* divini; *vibhutinam:* poteri; *parantapa:* tu che bruci i nemici; *esab:* (tutto) questo; *tu:* ma; *uddesatab:* esempi; *proktab:* detto (da me); *vibhuteh:* delle glorie; *vistarab:* lo scopo; *maya:* da me.

"O Parantapa, non c'è fine ai miei poteri divini. Questa (serie di affermazioni nei versi precedenti) di cui ho parlato era soltanto per dare degli esempi dell'ampiezza delle mie glorie.

10.41

*yad yad vibhutināt sattvam śrīmad urjitam eva va
tat tad evaḡaccha tvam mama tejo 'msa sambhavam*

yat: qualsiasi cosa; *yat*: qualsiasi cosa; *vibhuti mat*: che ha poteri; *sattvam*: esistenza/ virtù; *śrīmat*: bello/ meraviglioso; *urjitam*: glorioso; *eva*: certamente; *va*: oppure; *tat*: quello; *tat*: che; *eva*: certamente; *evaḡaccha*: (tu) debba arrivare; *tvam*: tu; *mama*: mia; *tejah amsa*: una parte dello splendore; *sambhavam*: viene all'esistenza.

"Qualsiasi cosa buona, potente, meravigliosa, o gloriosa che tu possa incontrare, esiste come parte della mia radiosità.

10.42

*atha va bahunaitena kim jnatena tavarjuna
vistabhyāham idam kṛtsnam ekamsena sthito jagat*

atha va: o anche; *bahuna*: molti; *etena*: da questi; *kim*: cosa; *jnatena*: conoscendo; *tava*: tua; *arjuna*: Arjuna; *vistabhya*: pervadendo; *aham*: io (sono); *idam*: questo; *kṛtsnam*: intero; *eka*: una; *amsena*: da una parte; *sthitah*: stabilito; *jagat*: l'universo.

"O Arjuna, che altro possiamo dire su queste cose, che sia possibile conoscere? Io pervado e mantengo questo universo intero semplicemente con una manifestazione parziale (di me).

Capitolo 11: Visva rupa darshana yoga Lo yoga della contemplazione della forma universale

11.1

*arjuna uvāca
mad anuḡabhaya paramam guḡyam adhyatma samjñitam
yat trayoktam vacas tena moho 'yam vigato mama*

162

arjunab: Arjuna; *uvaca:* disse; *mat anugrahaya:* per gentilezza verso di me; *paramam:* supremo; *guhya:* segreto; *adhyatma:* dell'*atman* originario; *samjnitam:* comprensione; *yat:* che; *tvaya:* da te; *uktam:* detto; *vacab:* discorso; *tena:* da questo; *mohab:* confusione; *ayam:* questa; *vigatab:* è andata via; *mama:* mia.

Arjuna disse, "La mia confusione è stata eliminata dagli insegnamenti che mi hai gentilmente spiegato sul segreto supremo della scienza spirituale.

11.2

*bhavapyayau hi bhutanam srutau vistaraso maya
tvattab kamala patraksa mahatmyam api cavyayam*

bhava: la manifestazione dell'esistenza; *apyayau:* e la distruzione; *hi:* in verità; *bhutanam:* di (tutti) gli esseri/ le esistenze; *srutau:* (di cui ho) sentito parlare; *vistarasab:* la spiegazione; *maya:* io; *tvattab:* da te; *kamala patra aksa:* (tu che hai) occhi di loto; *mahatmyam:* le glorie; *api:* benché; *ca:* anche; *avyayam:* imperiture.

"(Signore dagli) occhi di loto, ho ascoltato da te le spiegazioni sulla manifestazione e la distruzione di tutte le esistenze/ di tutti gli esseri, e sulle glorie dello (spirito) imperituro.

11.3

*evam etad yathattha tvam atmanam paramesvara
drastum icchami te rupam aisvaram purusottama*

evam: così; *etat:* questo; *yatha:* così com'è; *attha:* è stato spiegato; *tvam:* da te; *atmanam:* il Sé; *parama isvara:* o Signore supremo; *drastum:* vedere; *icchami:* desidero; *te:* tua; *rupam:* la forma; *aisvaram:* maestosa/ divina; *purusa uttama:* o Purusha supremo.

"O Signore supremo, desidero anche contemplarti così come tu hai descritto te stesso - quella forma maestosa del Purusha supremo.

11.4

*manyase yadi tac chakyam maya drastum iti prabho
yogesvara tato me tvam darsayatmanam avyayam*

manyase: tu pensi; *yadi*: se; *tat*: quello; *sakyam*: capace; *maya*: da me; *drastum*: di essere vista; *iti*: in questo modo; *prabho*: o Signore; *yoga isvara*: o Signore dello yoga; *tatab*: allora; *me*: a me; *tvam*: tu; *darshaya*: lascia vedere; *atmanam*: il Sé; *avyayam*: imperituro.

"O Signore, maestro supremo dello yoga, se tu pensi che io sia capace di contemplarla, ti prego di concedermi la visione diretta del tuo sé imperituro.

11.5

*sri bhagavan uvaca
pasya me partha rupani sataso 'tha sabasrasab
nana vidhani divyani nana varnakritini ca*

sri: il meraviglioso; *bhagavan*: Signore; *uvaca*: disse; *pasya*: guarda; *me*: mie; *partha*: o figlio di Pritha; *rupani*: le forme; *satasab*: centinaia; *atha*: e anche; *sabasrasab*: migliaia; *nanab*: varie; *vidhani*: differenti; *divyani*: divine; *nana varna*: vari colori; *akritini*: manifestazioni; *ca*: e.

Il Signore meraviglioso disse: "O figlio di Pritha, guarda: queste sono le mie forme, centinaia e migliaia, tutte differenti, di vari colori, ma tutte divine.

11.6

*pasyadityan vasun rudran asvinau marutas tatha
babuny adrista purvani pasyascaryani bharata*

pasya: guarda; *adityan*: gli Aditya; *vasun*: i Vasu; *rudran*: i Rudra; *asvinau*: i due Asvini; *marutab*: i Maruta; *tatha*: e anche; *babuni*: molti; *adrista*: non visti; *purvani*: in precedenza; *pasya*: guarda; *ascaryani*: le meraviglie; *bharata*: o discendente di Bharata.

"Guarda gli Aditya, i Vasu, i Rudra, i due Asvini, i Maruta, e anche le molte altre forme che non sono state viste in precedenza. O discendente di Bharata, contempla tutte queste meraviglie.

11.7

*ibaika stham jagat kritsnam pasyadya sa caracaram
mama debe gudakesayac canyad drastum icchasi*

iba: in questo; *eka stham:* un solo luogo; *jagat:* l'universo/ tutti gli esseri; *kritsnam:* intero; *pasya:* guarda; *adya:* adesso; *sa cara acaram:* sia quelli che si muovono che quelli che non si muovono; *mama:* mio; *debe:* nel corpo; *gudakesa:* o Gudakesa; *yat:* quello; *ca:* e; *anyat:* altro; *drastum:* vedere; *icchasi:* desidero.

"O Gudakesa, guarda ora in questo unico luogo l'universo intero, con tutti gli esseri mobili e immobili e altro ancora, tutto contenuto nel mio corpo, come hai desiderato vedere.

11.8

*na tu mam sakyase drastum anenaiva sva caksusa
divyam dadami te caksub pasya me yogam aisvaram*

na: non; *tu:* ma; *mam:* me; *sakyase:* sarai capace; *drastum:* di vedere; *anena:* con questi; *eva:* certamente; *sva-caksusa:* i tuoi occhi; *divyam:* divini; *dadami:* io dò; *te:* a te; *caksub:* occhi; *pasya:* guarda; *me:* mia; *yogam aisvaram:* grande potenza dello yoga.

"Non sarai però capace di vedermi con i tuoi occhi fisici, perciò ti concedo occhi divini. Guarda le meraviglie del mio potere yoga.

11.9

*sanjaya uvaca
evam uktva tato rajan maha yogesvaro barib
darsayam asa parthaya paramam rupam aisvaram*

165

sanjayab: Sanjaya; *uvaca*: disse; *evam*: così; *uktva*: detto; *tatab*: allora; *rajan*: o re; *maha yoga isvarab*: il grande Signore dello *yoga*; *harib*: Hari; *darsayam asa*: mostrò; *parbhaya*: al figlio di Pritha; *paramam*: suprema; *rupam*: forma; *aisvaram*: maestosa.

Sanjaya disse, "O re, dicendo queste parole Hari, il grande Signore dello *yoga*, mostrò ad Arjuna la suprema forma di maestà.

11.10

aneka vaktra nayanam anekadbhuta darsanam
aneka divyabharanam divyanekodyatayudham

aneka: molti; *vaktra*: facce/ bocche; *nayanam*: occhi; *aneka*: molti; *adbhuta-darsanam*: meravigliosi a vedersi; *aneka*: molti; *divya abharanam*: ornamenti divini; *divya*: divine; *aneka*: molte; *udyata*: sollevate; *ayudham*: armi/ simboli.

"Innumerevoli volti e innumerevoli occhi - una visione straordinaria. Così tanti ornamenti divini, e tanti simboli divini sollevati (in quella forma).

11.11

divya mahyambara dharam divya gandhanulepanam
sarvascarya mayam devam anantam visvato mukham

divya: divine; *maha*: ghirlande/ collane; *ambara*: abiti; *dharam*: che indossano; *divya*: divini; *gandha*: profumi; *anulepanam*: cosparse di; *sarva*: tutte; *ascarya mayam*: di una maestà meravigliosa; *devam*: radioso/ Dio; *anantam*: illimitato; *visvato mukham*: il cui volto è ovunque.

"Queste forme di Dio, così meravigliosamente maestose, erano innumerevoli e guardavano in ogni direzione. Indossavano abiti divini e ghirlande/ collane, ed emanavano fragranze divine.

11.12

divi surya sabasrasya bhaved yugapad utthita
yadi bbah sadrisi sa syad bhasas tasya mabatmanah

divi: nel cielo; *surya sabasrasya*: di migliaia di soli; *bhavit*: ci fosse; *yugapat*: nello stesso momento; *utthita*: sorti; *yadi*: se; *bhab*: la luce/ lo splendore; *sadrizi*: similmente; *sab*: quello; *syat*: sarebbe; *bhasab*: lo splendore; *tasya*: di lui; *maha atmanab*: il grande Atman.

"Se migliaia di soli sorgessero simultaneamente nel cielo, quello splendore sarebbe simile alla radiosità del grande Atman.

11.13

*tatraika stham jagat kritsnam pravibhaktam anekadha
apasyad deva devasya sarire pandavas tada*

tatra: là; *eka stham*: in un solo luogo; *jagat kritsnam*: l'intera creazione; *pravibhaktam*: in molti modi differenti; *anekadha*: in numerosi; *apasyat*: poté vedere; *deva devasya*: il Dio degli Dei; *sarire*: nel corpo; *pandavab*: il figlio di Pandu; *tada*: in quel momento.

"Allora, in quell'unico luogo, il figlio di Pandu poté vedere l'intera creazione con le sue innumerevoli manifestazioni, all'interno del corpo del Dio degli Dei.

11.14

*tatab sa vismayavishto brista roma dhananjayab
pranamyasirasa devam kritanjalir abbasata*

tatab: allora; *sab*: lui; *vismaya*: dalla meraviglia; *avistab*: sopraffatto; *brista*: ritti; *roma*: i peli del corpo; *dhananjayab*: il conquistatore di ricchezza; *pranamyasirasa*: offrì il suo omaggio; *devam*: a Dio; *krita anjalib*: a mani giunte; *abbasata*: cominciò a parlare.

"Allora Arjuna venne sopraffatto dalla meraviglia. Con i peli ritti, inchinò la testa per rendere omaggio a Dio, e cominciò a parlare, a mani giunte.

11.15

arjuna uvaca

*pasyami devamṣ tava deva debe sarvaṃ tatha bhūta viśeṣa saṅghaṃ
brahmanam iṣam kalamasana sṭham riṣiṃ ca sarvaṃ uragaṃ ca divyaṃ*

arjunab: Arjuna; *uvaca:* disse; *pasyami:* vedo; *devan:* i deva; *tava:* tuo; *deva:* o Signore; *debe:* nel corpo; *sarvan:* tutti; *tatha:* e anche; *bhuta:* gli esseri; *visesa:* di vari tipi; *sangham:* riuniti insieme; *brahmanam:* di Brahma; *isam:* il Signore; *kamala:* loto; *asana:* sedile; *sṭham:* situato; *riṣin:* i Rishi; *ca:* e; *sarvan:* tutti; *uragan:* gli Uruga; *ca:* e; *divyam:* divini.

Arjuna disse, "O Signore, nel tuo corpo posso vedere riuniti tutti i Deva e anche tutti i vari tipi di esseri. Vedo il Signore Brahma, seduto nel fiore di loto, e i Rishi, e gli Uruga divini.

11.16

*aneka bahudara vaktra netraṃ pasyami tvam sarvato 'nanta rūpaṃ
nantam na madhyam na puṇas tavadim pasyami viśveṣvara viśva rūpaṃ*

aneka: molte; *bahu:* braccia; *udara:* ventri; *vaktra:* volti; *netram:* occhi; *pasyami:* io vedo; *tvam:* te; *sarvatab:* ovunque; *ananta rūpaṃ:* la forma illimitata; *na:* non; *antam:* fine; *na:* non; *madhyam:* la metà; *na:* non; *puṇab:* di nuovo; *tava:* tua; *adim:* inizio; *pasyami:* io vedo; *viśva iśvara:* o padrone dell'universo; *viśva rūpa:* o forma dell'universo.

"Io vedo ovunque le tue innumerevoli braccia - e i ventri, i volti, e gli occhi. Non c'è inizio, fine o metà in questa forma illimitata, o Signore dell'universo, che sei l'universo stesso.

11.17

*kīrtinam gadinam cakrinam ca tejo rasim sarvato diptimantam
pasyami tvam durnirikṣyam samantad diptanalaraka dyuṭim aprameyam*

kīrtinam: di corone; *gadinam:* di mazze; *cakrinam:* di dischi; *ca:* e; *tejah rasim:* il potente splendore; *sarvatab:* dappertutto; *dipti mantam:* che illumina/ irradia luce; *pasyami:* io vedo; *tvam:* te; *durnirikṣyam:* difficile da guardare; *samantat:*

che copre ogni cosa; *dipta*: luminoso; *anala*: fuoco; *arka*: il sole; *dyutim*: i raggi; *aprameyam*: incommensurabile.

"La radiosità luminosa di tutte quelle corone, mazze e dischi è dappertutto, così abbagliante che posso appena vederti. E' come la radiosità del sole o di un immenso fuoco ardente.

11.18

*tvam aksaram paramam veditaryam tvam asya visvasya param nidbanam
tvam avyayah sasvata dharma gopta sanatana tvam purusa mato me*

tvam: tu; *aksaram*: eterno; *paramam*: supremo; *veditaryam*: che deve essere conosciuto; *tvam*: tu; *asya*: di questo; *visvasya*: dell'universo; *param*: supremo; *nidbanam*: il fondamento; *tvam*: tu; *avyayah*: imperituro; *sasvata dharma*: *dharma* eterno; *gopta*: il protettore; *sanatana*: eterno; *tvam*: tu; *purusa*: il Purusha; *mato me*: la mia convinzione.

"Tu sei la Realtà imperitura, l'oggetto supremo della conoscenza, il fondamento supremo dell'universo, il protettore del *dharma* eterno e immutabile. Questa è la mia convinzione. Tu sei il Purusha eterno.

11.19

*anadi madhyantam ananta viryam ananta bahum sasi surya netram
pasyami tvam dipta bhutasa vaktram sva tejas visvam idam tapantam*

anadi: senza inizio; *madhya*: metà; *antam*: fine; *ananta viryam*: infinita potenza; *ananta bahum*: infinite braccia; *sasi*: la luna; *surya*: il sole; *netram*: occhi; *pasyami*: io vedo; *tvam*: tu; *dipta*: ardente; *bhutasa*: fiamme; *vaktram*: bocca/ volto; *sva tejas*: (tuo) splendore proprio; *visvam*: universo; *idam*: questo; *tapantam*: che riscalda/ brucia.

"Senza inizio, metà o fine, la tua potenza è illimitata. Le tue braccia sono innumerevoli, e i tuoi occhi sono il Sole e la Luna. Posso vedere il tuo volto che arde di fiamme infuocate dalla tua radiosità, che bruciano l'universo intero.

11.20

*dyau a prithivyor idam antaram hi vyaptam tvayaikena disas ca sarvab
drisvadbhutam rupam ugram tavedam loka trayam pravyathitam mahatman*

dyau: dal cielo; *a-prithivyob:* alla terra; *idam:* questo; *antaram:* in mezzo; *hi:* in verità; *vyaptam:* pervaso; *tvaya:* da te; *ekena:* da solo; *disab:* le direzioni; *ca:* e; *sarvab:* tutte; *dristva:* vedendo; *adbhutam:* stupefacente; *rupam:* forma; *ugram:* terrificante; *tava:* tua; *idam:* questa; *loka trayam:* i tre sistemi planetari; *pravyathitam:* scossi; *maha atman:* o grande Atman.

"Dal cielo alla terra e tutto ciò che c'è in mezzo/ e nello spazio esterno, tutto è pervaso da te soltanto, in tutte le direzioni. O grande Atman, contemplando questa tua forma meravigliosa e terrificante, i tre sistemi planetari tremano.

11.21

*ami hi tvam sura sangha visanti kecid bhītibhī pranjalayō grinanti
svastīy uktva maharṣi siddha sanghabhī stuvanti tvam stutibhībhī puskalabhibhī*

ami: tutti questi; *hi:* in verità; *tvam:* tu; *sura sanghabhī:* le schiere di *sura*; *visanti:* entrano; *kecid:* alcuni di essi; *bhītibhī:* spaventati; *pranjalayabhī:* a mani giunte; *grinanti:* offrono preghiere; *svastī:* che tutto vada bene; *itī:* così; *uktva:* dicendo; *maha rṣibhī:* i grandi Rishi; *siddhabhī:* i Siddha; *sanghabhī:* le schiere; *stuvanti:* pregano/ glorificano; *tvam:* tu; *stutibhībhī:* con preghiere; *puskalabhibhī:* con gli inni vedici.

"Tutte queste schiere di Deva entrano in te. Alcuni di essi, terrorizzati, offrono preghiere a mani giunte, invocando il buon auspicio. Le schiere dei grandi Rishi e Siddha cantano le tue glorie recitando gli inni vedici.

11.22

*rudradītya vasavo ca sadhya visve 'svinau marutas cosmpas ca
gandharva yaksasura siddha sangha vikṣante tvam vīṣmitas caiva sarve*

rudrabhī: i Rudra; *adītyabhī:* gli Aditya; *vasavabhī:* i Vasu; *ca:* e; *sadyabhī:* i Sadhya; *visve:* i Visvedeva; *asvinau:* i due Asvini; *marutabhī:* i Maruta; *ca:* e; *usmapabhī:* gli

Usmapa; *ca*: e; *gandharva*: i Gandharva; *yakṣa*: gli Yaksha; *asura*: gli Asura; *siddhab*: i Siddha; *sanghab*: le schiere; *vīksante*: contemplanò; *tvam*: te; *vismitab*: stupefatti; *ca*: e; *eva*: certamente; *sarve*: tutti.

"I Rudra, gli Aditya, i Vasu, i Sadhya, i Visvedeva, gli Asvini, i Maruta, gli Usmapa, i Gandharva, gli Yaksha, gli Asura, i Siddha - tutte queste folle ti contemplanò con grande stupore.

11.23

*rupam mahat te babu vaktra netram maha babo babu baburu padam
babudaram babu damstra karalam dristva lokab pravyathitas tatbaham*

rupam: la forma; *mahat*: molto grande/ universale; *te*: tua; *babu*: molti; *vaktra*: volti; *netram*: occhi; *maha babo*: dalle potenti braccia; *babu*: molte; *babu*: molti; *uru*: gambe; *padam*: piedi; *babu*: molti; *udaram*: ventri; *babu damstra*: molti denti; *karalam*: feroci; *dristva*: vedendo; *lokab*: tutta la gente; *pravyathitas*: scossa; *tatba*: come anche; *aham*: io (sono).

"O potente Signore, vedendo questa tua immensa forma, con tutti questi volti e occhi, gambe, piedi, ventri e denti, tutti sono scossi, me compreso.

11.24

*nabbab sprisam diptam aneka varnam vyattananam dipta visala netram
dristva hi tvam pravyathitantar atma dbritim na vindami samam ca visno*

nabbab: il cielo; *sprisam*: che tocca; *diptam*: luminosa; *aneka*: molti; *varnam*: colori; *vyatta*: spalancate; *ananam*: bocche; *dipta*: radiosì; *visala*: feroci; *netram*: occhi; *dristva*: vista; *hi*: in verità; *tvam*: tu; *pravyathitas*: scosso; *antab*: interiormente; *atma*: l'*atman*; *dbritim*: stabilità; *na*: non; *vindami*: posso trovare; *samam*: controllo della mente; *ca*: e; *visno*: o Vishnu.

"O Vishnu, mi sento scosso e ho perduto l'equilibrio mentale e la pace, contemplanò questa tua (immensa) radiosità, di così tanti colori, che si innalza fino a toccare il cielo, con immense bocche spalancate e occhi feroci e luminosi.

11.25

*damstra karalani ca te mukhani dristvaiva kalanala sannibhani
diso na jane na labbe ca sarma prasida devesa jagan nivasa*

damstra: denti/ zanne; *karalani*: feroci; *ca*: e; *te*: tuoi; *mukhani*: volti; *drisva*: vedendo; *eva*: certamente; *kala*: tempo; *anala*: il fuoco; *sannibhani*: simile a; *disab*: le direzioni; *na*: non; *jane*: io conosco; *na*: non; *labbe*: posso ottenere; *ca*: e; *sarma*: grazia; *prasida*: sii compiaciuto; *deva isa*: o Signore degli Dei; *jagan nivasa*: o dimora/ rifugio dell'universo.

"O Signore degli Dei, o dimora dell'universo, sii compiaciuto e concedimi la tua grazia. Mi sento perduto (avendo perso il senso della direzione) guardando le zanne feroci delle tue bocche, che assomigliano al fuoco del tempo.

11.26

*ami ca tvam dhritarastrasya putrab sarve sahaivavani pala sanghaih
bhismo dronab suta putras tathasau sabasmadiyair api yodha mukhyaib*

ami: questi; *ca*: e; *tvam*: tu; *dhritarastrasya*: di Dhritarastra; *putrab*: i figli; *sarve*: tutti; *saha*: insieme; *eva*: certamente; *avani pala*: dei re guerrieri; *sanghaih*: con le schiere; *bhismab*: Bhishma; *dronab*: Drona; *suta putrab*: il figlio del *suta*; *tatha*: anche; *asau*: quello; *saha*: insieme; *asmadiyair*: il nostro; *api*: sebbene; *yodha mukhyaib*: i guerrieri più famosi.

"Tutti questi figli di Dhritarastra, insieme con i molti re guerrieri, e Bhishma, Drona, Karna, come pure i guerrieri più famosi del nostro stesso esercito,

11.27

*vaktrani te tvaramana visanti damstra karalani bhayanakani
kecid vilagna dasanantaresu sandrisyante churnitair uttamangaib*

vaktrani: le bocche; *te*: tue; *tvaramanab*: che si precipitano; *visanti*: entrano; *damstra*: i denti; *karalani*: feroci; *bhayanakani*: terrificanti; *kecit*: alcuni di loro; *vilagnab*: intrappolati; *dasana antaresbu*: tra i denti/ tra le labbra; *sandrisyante*: possono essere visti; *churnitair*: schiacciati; *uttama angaib*: la parte superiore del corpo.

"Si precipitano nelle tue bocche feroci e tra i tuoi denti terrificanti. Vedo che alcuni hanno la testa schiacciata tra le tue mascelle.

11.28

*yatha nadinam babao 'mbuvegab samudramevabbimukha dravanti
tatha tavami naralokavira visanti vaktranyabbhivijalanti*

yatha: proprio come; *nadinam*: dei fiumi; *bahavah*: molti; *ambir*: di acqua; *vegah*: l'impatto/ la corrente; *samudram*: l'oceano; *eva*: certamente; *abbimukha*: verso; *dravanti*: sono attirati; *tatha*: similmente; *tava*: tue; *ami*: tutti questi; *nara loka*: della specie umana; *virah*: gli eroi; *visanti*: entrano; *vaktrani*: nelle bocche. *abhivijalanti*: ardon con grande splendore.

"Proprio come le masse di acqua dei fiumi si precipitano verso l'oceano, tutte queste persone sono attratte in te, e i grandi guerrieri entrano nelle (tue) bocche ardenti.

11.29

*yatha pradiptam jvalanam patanga visanti nasaya samriddha vegah
tathaiva nasaya visanti lokas tavapi vaktrani samriddha vegah*

yatha: proprio come; *pradiptam*: che bruciano; *jvalanam*: delle fiamme; *patangah*: falene; *visanti*: entrano; *nasaya*: verso la loro distruzione; *samriddha vegah*: con grande forza/ velocità; *tatha*: proprio come; *eva*: certamente; *nasaya*: alla loro distruzione; *visanti*: entrano; *lokah*: i mondi/ la gente; *tava*: tue; *api*: sebbene; *vaktrani*: le bocche; *samriddha*: piena; *vegah*: forza.

"Proprio come le falene si precipitano a tutta velocità verso la propria distruzione, inesorabilmente attratte dalle fiamme ardenti, così i mondi cadono con tremenda velocità nelle tue bocche.

11.30

*lelihyase grasamanah samantal lokan samagran vadanair jvaladbhib
tejobhir apurya jagat samagram bhasa tavograh pratapanti visno*

lelihyase: tu stai leccando; *grasamanab*: (i *loka*) divorati; *samantat*: da ogni lato; *lokan*: la gente/ i pianeti; *samagran*: tutti; *vadanaib*: con le bocche; *jvaladbib*: ardenti; *tejobbib*: con la radiosità; *apurya*: che copre; *jagat*: l'universo; *samagram*: tutti; *bhasab*: i raggi; *tava*: tuoi; *ugrab*: spaventosi; *pratapaniti*: bruciano (ogni cosa); *vishno*: o Vishnu.

"Da ogni lato tu lecchi queste persone/ questi mondi divorati, spingendoli nelle tue bocche, la cui luce ardente copre l'universo intero. O Vishnu, la tua spaventosa radiosità brucia ogni cosa.

11.31

*akhyahi me ho bhavan ugra rupo namo 'stu te deva vara prasida
vijnatum icchami bhavantam adyam nabi prajanami tava pravrittim*

akhyahi: (ti prego) di dire; *me*: a me; *kab*: che cosa; *bhavan*: tu; *ugra rupab*: o forma spaventosa; *namah astu*: ogni rispetto; *te*: a te; *deva vara*: o migliore tra i deva; *prasida*: sii compiaciuto; *vijnatum*: comprendere; *icchami*: io desidero; *bhavantam*: di te; *adyam*: l'origine; *na*: non; *hi*: in verità; *prajanami*: io conosco; *tava*: tuo; *pravrittim*: lavoro/ missione/ impegno.

"Ti prego di dirmi, Signore, che cos'è questa forma spaventosa. Ti offro il mio rispetto, o supremo tra i Deva! Concedimi il tuo favore! Desidero comprendere, ma non conosco la tua missione o la tua origine.

11.32

*sri bhagavan uvaca
kalo 'smi loka ksaya krit pravridhbo lokan samahartum iba pravrittab
rite 'pi tvam na bhavisyanti sarve ye 'vasthitab pratyanikesu yodhab*

sri: il meraviglioso; *bhagavan*: Signore; *uvaca*: disse; *kalab*: il Tempo; *asmi*: io sono; *loka*: i mondi/ la gente; *ksaya krit*: che mette fine; *pravridhba*: il più grande; *lokan*: i mondi/ la gente; *samahartum*: per distruggere; *iba*: qui; *pravrittab*: impegnato; *rite*: senza; *api*: sebbene; *tvam*: tu; *na*: non; *bhavisyanti*: diventeranno; *sarve*: tutti; *ye*: quelli; *avasthitab*: schierati; *prati anikeshu*: negli eserciti opposti; *yodhab*: i guerrieri/ combattenti.

Il meraviglioso Signore disse, "Io sono il Tempo, il grande divoratore di ogni cosa. La mia missione è quella di mettere fine a queste persone. Tranne te, tutti questi guerrieri schierati in entrambi gli eserciti saranno distrutti.

11.33

*tasmat tvam uttistha yaso labhasva jitva satrun bhunkteva rajyam samriddham
mayaiivate nibatah purvam eva nimitta matram bhava savya sacin*

tasmat: dunque; *tvam*: tu; *uttistha*: alzati; *yasab*: la fama; *labhasva*: guadagnando; *jitva*: ottenendo la vittoria; *satrun*: sui nemici; *bhunkteva*: godi del piacere; *rajyam*: del regno; *samriddham*: prospero; *maya*: da me; *eva*: certamente; *ete*: tutti questi; *nibatah*: uccisi; *purvam*: in precedenza; *eva*: certamente; *nimitta*: strumento; *matram*: semplicemente; *bhava*: diventa; *savya sacin*: o arciere straordinario.

"Alzati dunque, o grande arciere, e conquista la fama grazie alla tua vittoria sopra i nemici, e poi godi della prosperità del regno. Io ho già ucciso tutti questi (guerrieri): tu devi diventare semplicemente lo strumento (della vittoria).

11.34

*dronam ca bbismam ca jayadratham ca karnam tathanyan api yodha-viran
maya hatams tvam jahi ma vyathistha yudhyasva jetasi rane sapatnan*

dronam: Drona; *ca*: e; *bbismam*: Bhishma; *ca*: e (anche); *jayadratham*: Jayadratha; *ca*: e; *karnam*: Karna; *tatha*: come pure; *anyan*: gli altri; *api*: sebbene; *yodha viran*: eroi in battaglia; *maya*: da me; *hatan*: (sono stati) uccisi; *tvam*: tu; *jahi*: conquista; *ma*: no; *vyathistha*: essere scosso/ vacillare; *yudhyasva*: (dovresti) impegnarti nella battaglia; *jeta asi*: sei vittorioso; *rane*: in battaglia; *sapatnan*: opposenti.

"Drona, Bhishma, Jayadratha, Karna e tutti gli altri guerrieri in questa battaglia sono già stati uccisi da me. Dunque non esitare a sconfiggerli. Impegnati in battaglia, perché vincerai i tuoi opposenti.

11.35

sanjaya uvaca

*etat chrutva vacanam kesavasya kiritanjaliḥ vepamanah kiriti
namaskritva bhuya evaha krisnam sa gadgadam bhita bhīḥ pranamya*

sanjayah: Sanjaya; *uvaca*: disse; *etat*: quello; *srutva*: ascoltando; *vacanam*: il discorso; *kesavasya*: di Kesava; *kiritanjaliḥ*: a mani giunte; *vepamanah*: tremando; *kiriti*: Arjuna; *namah kiritva*: offrendo rispetto; *bhuyah*: nuovamente; *eva*: certamente; *aha*: disse; *krisnam*: a Krishna; *sa gadgadam*: debolmente/ balbettando/ con la voce spezzata; *bhita bhīḥ*: spaventato; *pranamya*: prosternandosi.

Sanjaya disse, "Arjuna ascoltò le parole di Kesava, e tremante, a mani giunte, offrì il suo rispetto. Poi si rivolse nuovamente a Krishna con la voce spezzata, gettandosi ai suoi piedi, pieno di paura.

11.36

arjuna uvaca

*sthane hrisikesa tava prakirṭya jagat prahsyaty anurajyate ca
raksamsi bhīṭāni diśo dravanti sarve namasyanti ca siddha sanghaḥ*

arjunah: Arjuna; *uvaca*: disse; *sthane*: (giusta) posizione; *hrisikesa*: o Hrishikesha; *tava*: le tue; *prakirṭya*: glorie; *jagat*: l'universo; *prahsyaty*: si rallegra/ esulta; *anurajyate*: diventa attaccato; *ca*: e; *raksamsi*: i Rakshasa; *bhīṭāni*: terrorizzati; *diśaḥ*: in tutte le direzioni; *dravanti*: sono attirati; *sarve*: tutti; *namasyanti*: offrono il loro rispetto; *ca*: e; *siddha sanghaḥ*: le schiere dei Siddha.

Arjuna disse, "E' veramente giusto, o Hrishikesha, che l'universo sia attratto a te ed esulti delle tue glorie. I Rakshasa vengono dispersi e spazzati via in tutte le direzioni, e le schiere dei Siddha ti offrono il loro rispetto.

11.37

*kasmac ca te na nameran mahatman gariyase brahmano 'py adi kartre
ananta devesa jagan nivasa tvam aksaram sad asat tat param yat*

kasmat: perché; *ca*: e; *te*: a te; *na*: non; *nameran*: dovrebbero offrire rispetto; *maha atman*: o grande Atman; *gariyase*: tu sei il più glorioso; *brahmanab*: di Brahma; *api*: persino; *adi kartre*: il primo creatore; *ananta*: illimitato; *deva isa*: o Signore dei deva; *jagan nivas*: dimora dell'universo; *tvam*: tu; *aksaram*: imperituro; *sat asat*: *sat* e *asat*; *tat*: quello; *param*: superiore; *yat*: perché.

"Perché non dovrebbero offrirti il loro rispetto, o grande Atman? Tu sei più glorioso di Brahma, il primo creatore (di questo universo). O Signore dei Deva, dimora dell'universo, tu sei imperituro, poiché sei al di sopra di causa e di effetto.

11.38

*tvam adi devah purusah puranas tvam asya visvasya param nidhanam
vettasi vedyam ca param ca dhama tvaya tatam visyam ananta rupa*

tvam: tu; *adi devah*: il primo deva; *purusah*: il *purusha*; *puranab*: il più antico; *tvam*: tu; *asya*: del quale; *visvasya*: dell'universo; *param*: supremo; *nidhanam*: rifugio; *vetta*: colui che conosce; *asi*: tu sei; *vedyam ca*: e anche l'oggetto della conoscenza; *param*: supremo/ trascendentale; *ca*: e; *dhama*: la dimora; *tvaya*: da te; *tatam*: pervaso; *visvam*: l'universo; *ananta rupa*: o forma senza fine.

"Tu sei il Dio primordiale, il Purusha più antico, il rifugio supremo dell'universo, colui che conosce e l'oggetto della conoscenza, e la dimora suprema. O forma infinita, l'universo è pervaso da te.

11.39

*vayur yamo 'gnir varunah sasankah prajapatis tvam prapitamahas ca
namo namas te 'stu sabasra kritvah punas ca bhuyas 'pi namo namas te*

vayub: Vayu; *yamah*: Yama; *agnih*: Agni; *varunah*: Varuna; *sasa ankah*: Chandra; *prajapatih*: il Prajapati; *tvam*: tu; *prapitamahab*: l'antenato; *ca*: e; *namah namah te*: il mio omaggio a te, ancora e ancora; *astu*: che ci sia; *sabasra kritvah*: mille volte; *punah ca*: e ancora; *bhuyas*: di nuovo; *api*: sebbene; *namah namah te*: ti offro ripetutamente il mio omaggio.

"Tu sei Vayu, Yama, Agni, Varuna, Chandra, e Prajapati l'antenato (di tutti gli esseri). Ti offro il mio rispetto ancora e ancora, mille volte, e ancora di nuovo.

11.40

*namah purastad atba pristhatas te namo 'stu te sarvata eva sarva
ananta viryamita vikramas tvam sarvam samapnosi tato 'si sarvab*

namah: offro il mio omaggio; *purastat*: davanti; *atba*: e anche; *pristhatas*: dietro; *te*: a te; *namah astu*: sia l'omaggio; *te*: a te; *sarvatab*: da ogni lato; *eva*: certamente; *sarva*: tutte; *ananta virya*: le infinite potenze; *amita vikramas*: dalle impareggiabili gesta; *tvam*: tu; *sarvam*: tutto; *samapnosi*: includi; *tatab*: perciò; *asî*: tu sei; *sarvab*: ogni cosa.

"Ti offro il mio omaggio, davanti e dietro. Il mio omaggio a te da tutti i lati! Le tue potenze sono illimitate, e le tue gesta impareggiabili. Tu includi ogni cosa, perciò sei tutto.

11.41

*sakheti matva prasabham yad uktam he krisna he yadava he sakheti
ajanata mahimanam tavedam maya pramadat pranayena vapi*

sakha: amico; *iti*: così; *matva*: pensando; *prasabham*: presuntuoso; *yad*: qualsiasi cosa; *uktam*: disse; *he krisna*: o Krishna; *he yadava*: o Yadava; *he sakha*: amico mio; *iti*: così; *ajanata*: ignorante; *mahimanam*: delle glorie; *tava*: tue; *idam*: questo; *maya*: da me; *pramadat*: per follia; *pranayena*: per dedizione; *va*: oppure; *api*: sebbene.

"Nella mia presunzione, pensando a te come a un semplice amico, mi sono rivolto a te in modo informale chiamandoti 'Krishna', 'Yadava', 'amico mio', perché non ero consapevole delle tue glorie. L'ho fatto per poca attenzione, ma con amore.

11.42

*yac avahasartham asat kerito 'si vihara sayyasana bhojanesu
eko 'tha vapy acyuta tat samaksam tat ksamaye tvam aham aprameyam*

yat: qualsiasi cosa; *ca*: e; *avahasa artham*: per fare qualche risata; *asat keritab*: fatto a livello materiale; *asî*: tu sei; *vihara*: camminando; *sayya*: giacendo; *asana*: sedendo; *bhojanesu*: mangiando; *ekab*: da soli; *atba va*: o anche; *api*:

sebbene; *acyuta*: o Acyuta; *tat samakṣam*: in presenza di altri; *tat*: quello; *ṅsamaye*: chiedo perdono; *tvam*: a te; *aham*: io; *aprameyam*: imperscrutabile.

"O Acyuta, la tua grandezza è inconcepibile. Qualsiasi scorrettezza io possa aver commesso scherzando, passeggiando insieme, o mentre ero disteso o seduto o a pranzo con te, da soli o in presenza di altri, ti chiedo perdono.

11.43

*pītaḥ lokasya caracarasya tvam asya puṅgava ca guru gariyan
na tvat samo 'sty abhyadhikah kuto 'nyo loka traye 'py apratima prabhava*

pīta: il padre; *asi*: tu sei; *lokasya*: dell'universo; *cara acarasya*: di ciò che si muove e ciò che non si muove; *tvam*: tu; *asya*: di questo; *puṅgava*: di essere adorato; *ca*: e; *guru*: il padre (supremo); *gariyan*: glorioso; *na*: non; *tvat samah*: uguale a te; *asti*: c'è; *abhyadhikah*: più grande; *kutah*: come (sarà possibile); *anyah*: altro; *loka traye*: nei tre mondi; *api*: sebbene; *apratima*: senza paragone; *prabhava*: potere.

"Tu sei il padre di tutti gli esseri, quelli che si muovono e quelli che non si muovono. Tu sei degno di essere adorato, poiché sei il guru, e ancora più glorioso del guru. Non hai eguali o superiori. Come potrebbe qualcuno paragonarsi al tuo potere, in tutti i tre mondi?

11.44

*tasmāt pranāmya pranidhaya kāyam prasādaye tvam aham isam idyam
pīteva putrasya sakṛeva sakhyub priyah priyayarbasi deva sodhum*

tasmāt: perciò; *pranāmya*: offrendo rispetto; *pranidhaya*: prosternando; *kāyam*: il corpo; *prasādaye*: cercando misericordia; *tvam*: tu; *aham*: io (sto); *isam*: al Signore; *idyam*: che deve essere adorato; *pīta*: padre; *iva*: come; *putrasya*: di un figlio; *sakṛeva*: come un amico; *sakhyub*: di un amico; *priyah*: un amante; *priyayarbasi*: l'amato/a; *arbasi*: dovresti/ tu puoi; *deva*: o Signore; *sodhum*: tollerare/ perdonare.

"Offro dunque i miei più umili rispetti, gettandomi ai tuoi piedi e implorando la tua misericordia. O Signore, tu sei degno di essere adorato! Ti prego di essere paziente con me, come un padre (è

tollerante) con il figlio, un amico con l'amico, e un amante con l'amata.

11.45

*adrista purvam hrisito 'smi dristva bhayena ca pranyatbitam mano me
tat eva me darsaya deva rupam prasida devesa jagat nivasa*

adrista: non visto; *purvam*: prima; *hrisita*: travolto dalla gioia; *asmi*: io sono; *dristva*: vedendo; *bhayena*: dalla paura; *ca*: e; *pranyatbitam*: scosso; *mano*: la mente; *me*: mia; *tat*: quello; *eva*: certamente; *me*: a me; *darsaya*: lascia vedere; *deva rupam*: la forma del Signore; *prasida*: sii compiaciuto; *deva isa*: o Signore dei deva; *jagat nivasa*: o dimora dell'universo.

"Contemplando questa forma straordinaria, la mia mente è sopraffatta dalla gioia e scossa dalla paura allo stesso tempo. O Signore dei Deva, dimora dell'universo, ti prego di farmi vedere la forma di Dio.

11.46

*kiritinam gadinam cakra hastam icchamy tvam drastum abam tathaiva
tenaiva rupena catur bhujena sabasra babo bhava visva murte*

kiritinam: con la corona; *gadinam*: con la mazza; *cakra hastam*: che tiene il disco in mano; *icchami*: io desidero; *tvam*: te; *drastum*: vedere; *abam*: io; *tatha*: in quel modo; *eva*: certamente; *tena*: da quella; *eva*: certamente; *rupena*: dalla forma; *catur bhujena*: con quattro braccia; *sabasra babo*: (tu che hai) migliaia di braccia; *bhava*: diventa; *visva murte*: o forma dell'universo.

"O Visvamurti, che hai migliaia di braccia, desidero che tu sia/ diventi la forma a quattro braccia, che regge il disco e la mazza nelle mani e porta una corona. Desidero vederti in quella forma.

11.47

*sri bhagavan uvaca
maya prasannena tavarjunedam rupam param darsitam atma yogat
tejo mayam visvam anantam adyam yan me tvad anyena na drista purvam*

sri: il meraviglioso; *bhagavan*: Signore; *uvaca*: disse; *maya*: da me; *prasannena*: per la gioia; *tava*: tua; *arjuna*: o Arjuna; *idam*: questa; *rupam*: forma; *param*: suprema/ trascendentale; *darsitam*: vista; *atma yogat*: dal proprio *yoga*; *tejab mayam*: fatta di splendore; *visvam*: l'universo; *anantam*: illimitato; *adyam*: più antico; *yat*: ciò che; *me*: mio; *tvat anyena*: all'infuori di te; *na*: non; *drista*: visto; *purvam*: prima.

Il Signore meraviglioso disse, "Per la tua felicità, ti mostro ora questa forma suprema, fatta di radiosità, manifestata dalla mia propria *yoga/ shakti*, illimitata e primordiale come l'universo, che nessuno ha visto prima di te.

11.48

*na veda yajnadhyanair na danair na ca kriyabbir na tapobbir ugraih
evam rupah sakya abam nri loke drastum tvad anyena kuru pravira*

na: non; *veda yajna*: dai sacrifici vedici; *adhyanaib*: dallo studio delle scritture; *na*: non; *danaib*: distribuendo doni caritatevoli; *na ca*: nemmeno; *kriyabbih*: con *kriya*; *na*: non; *tapobbih*: con austerità; *ugraib*: molto severo; *evam rupah*: questa stessa forma; *sakya*: si può; *abam*: io; *nri loke*: tra gli esseri umani; *drastum*: vedere; *tvat*: all'infuori di te; *anyena*: da altri; *kuru pravira*: o supremo tra i guerrieri Kuru.

"O massimo tra i guerrieri Kuru, non ho consentito ad alcun essere umano di vedere questa forma, tranne che a te. Non è possibile (vederla) con il compimento dei sacrifici vedici, con lo studio delle scritture, o come risultato della distribuzione di carità, dell'impegno negli *yoga kriya/ sadhana* spirituali, o anche impegnandosi in grandi austerità.

11.49

*ma te vyatha ma ca vimudha bhavo dristva rupam ghoram idrin mamevam
vyapeta bhbih prita manah punas tvam tad eva me rupam idam prapasya*

ma: non; *te*: per te; *vyatha*: paura/ turbamento; *ma*: non; *ca*: e; *vimudha bhavah*: confusione; *dristva*: vedendo; *rupam*: forma; *ghoram*: orribile; *idrik*: in questo modo; *mama*: mia; *idam*: questa; *vyapeta bhbih*: libero da ogni paura; *prita manah*:

con la mente soddisfatta; *punah*: di nuovo; *tvam*: tu; *tat*: quello; *eva*: certamente; *me*: mia; *rupam*: forma; *idam*: questa; *prapasya*: guarda.

"Guarda questa mia forma, e lascia che la tua mente diventi soddisfatta e libera dalla paura. Non essere turbato e confuso dalla visione della mia forma terrificante.

11.50

sanjaya uvaca

*ity arjunam vasudevas tathoktva svakam rupam darsayam asa bhuyab
asvasayam asa ca bhitam enam bhutva punah saumya vapur mabatma*

sanjayab: Sanjaya; *uvaca*: disse; *iti*: in questo modo; *arjunam*: ad Arjuna; *vasudevab*: il figlio di Vasudeva; *tatha*: allora; *uktva*: parlando; *svakam*: propria; *rupam*: forma; *darsayam asa*: mostrò; *bhuyab*: di nuovo; *asvasayam asa*: confortò; *ca*: e; *bhitam*: spaventato; *enam*: lui; *bhutva*: diventando; *punah*: di nuovo; *saumya*: dolce/ gentile; *vapub*: corpo; *maha atma*: il grande Atman.

Sanjaya disse, Così parlando ad Arjuna, Vasudeva manifestò nuovamente la sua forma originaria, confortandolo e alleviando la sua paura. Il grande Atman apparve nuovamente nel suo corpo più dolce.

11.51

arjuna uvaca

*dristvedam manusam rupam tava saumyam janardana
idanim asmi samvrittab sa cetab prakritim gatab*

arjunab: Arjuna; *uvaca*: disse; *dristva*: vedendo; *idam*: questa; *manusam*: umana; *rupam*: forma; *tava*: tua; *saumyam*: dolce; *janardana*: Janardana; *idanim*: in questo momento; *asmi*: io sono; *samvrittab*: calmo; *sa cetab*: con la mia consapevolezza; *prakritim*: naturale; *gatab*: (sono) arrivato.

Arjuna disse, "O Janardana, vedendo questa tua forma umana, che è tanto dolce, mi sento ora tranquillo e la mia consapevolezza è tornata al suo stato naturale.

11.52

*sri bhagavan uvaca
su durdarsam idam rupam dristavan asi yan mama
deva apy asya rupasya nityam darsana kanksinab*

sri: il meraviglioso; *bhagavan*: Signore; *uvaca*: disse; *su durdarsam*: molto difficile da vedere; *idam*: questa; *rupam*: forma; *dristavan asi*: che tu hai visto; *yat*: quella; *mama*: mia; *devab*: i deva; *apy*: persino; *asya*: di questa; *rupasya*: della forma; *nityam*: sempre; *darsana-kanksinab*: che desiderano vedere.

Il Signore meraviglioso disse, "Questa forma che stai contemplando è estremamente difficile da vedere. Persino i deva aspirano sempre a ottenere il suo darshana.

11.53

*nabam vedair na tapasa na danena na cejyaya
sakyam evam vidho drastum dristavan asi mam yatha*

na: non; *abam*: io; *vedair*: con lo studio dei Veda; *na*: non; *tapasa*: con le austerità; *na*: non; *danena*: con la carità; *na*: non; *ca*: e; *ijyaya*: compiendo l'adorazione rituale; *sakyab*: (si diventa) capaci; *evam*: e; *vidhab*: in questo modo; *drastum*: per vedere; *dristavan asi*: sta vedendo; *mam*: me; *yatha*: così.

"Non è possibile vederla in questo modo, così come la stai contemplando, nemmeno tramite lo studio dei Veda o austerità o carità, o il compimento dell'adorazione rituale.

11.54

*bhaktya tv ananyaya sakyam abam evam vidho 'rjuna
jnatum drastum ca tattvena pravestum ca parantapa*

bhaktya: attraverso la bhakti; *tv*: ma; *ananyaya*: nient'altro; *sakyab*: capace; *abam*: io; *evam vidhab*: in questo modo; *arjuna*: o Arjuna; *jnatum*: di conoscere; *drastum*: di vedere; *ca*: e; *tattvena*: in verità; *pravestum*: di entrare; *ca*: e; *parantapa*: o Arjuna.

"O Arjuna, soltanto attraverso la *bhakti* è possibile conoscermi e vedermi veramente, ed entrare in me.

11.55

*mat karma krin ma paramo mad bhaktah sanga varjitah
nirvairah sarva bhutesu yab sa mam eti pandava*

mat: mio; *karma krin*: lavoratore; *mat paramah*: (vedendo) me come il Supremo; *mat bhaktah*: mio devoto; *sanga*: dagli attaccamenti; *varjitah*: libero; *nirvairah*: senza inimicizia; *sarva bhutesu*: verso tutti gli esseri; *yab*: quella (persona); *sa*: lui/ lei; *mam*: a me; *eti*: viene; *pandava*: o figlio di Pandu.

"Il mio devoto è impegnato a lavorare per me, e mi vede come la (realtà) suprema. Ha abbandonato ogni associazione/ affiliazione/ identificazione, e non nutre inimicizia verso nessun essere. (In questo modo il mio devoto) viene a me, o figlio di Pandu.

Capitolo 12: Bhakti yoga Lo yoga della devozione

12.1

*arjuna uvaca
evam satata yukta ye bhaktas tvam paryupasate
ye capy aksaram avyaktam tesam ke yoga vittamah*

arjunah: Arjuna; *uvaca*: disse; *evam*: così; *satata*: sempre; *yuktah*: impegnati; *ye*: coloro che; *bhaktah*: i devoti; *tvam*: te; *paryupasate*: adorano correttamente; *ye*: coloro che; *ca*: e; *api*: anche; *aksaram*: eterno/ trascendentale; *avyaktam*: non-manifestato; *tesam*: a loro; *ke*: che; *yoga vit tamah*: i migliori tra coloro che conoscono lo *yoga*.

Arjuna disse: "I devoti ti adorano con dedizione completa, mentre altri (meditano) sulla (Realtà) eterna non-manifestata: quale (dei due metodi) costituisce la conoscenza più alta dello *yoga*?"

12.2

sri bhagavan uvaca
mayy avesya mano ye mam nitya yukta upasate
sraddhaya parayopetas te me yuktatama matah

sri: il meraviglioso; *bhagavan*: Signore; *uvaca*: disse; *mayi*: a me; *avesya*: concentrato/ entrato; *manah*: la mente; *ye*: coloro che; *mam*: me; *nitya*: sempre; *yuktab*: uniti; *upasate*: adorano; *sraddhaya*: con fede; *paraya*: suprema/ trascendentale; *upetah*: raggiunto; *te*: loro; *me*: me; *yukta tamah*: uniti più (intimamente); *matah*: considerati.

Il Signore meraviglioso disse: "Coloro che mantengono sempre la loro mente in me e mi adorano con fede, sempre uniti a me, hanno raggiunto il livello supremo, e io li considero come i più intimamente collegati."

12.3

ye tv aksaram anirdesyam avyaktam paryupasate
sarvatra gam acintyam ca kuta stham acalam dhravam

ye: coloro che; *tu*: ma; *aksaram*: eterno/ trascendentale; *anirdesyam*: non visibile (ai sensi); *avyaktam*: non-manifestato; *paryupasate*: adorano con completa dedizione/ correttamente e sinceramente; *sarvatra*: ovunque; *gam*: presente; *acintyam*: inconcepibile; *ca*: e; *kuta stham*: immutabile; *acalam*: che non si muove; *dhravam*: stabilito.

"Coloro che offrono la propria adorazione in completa dedizione/ correttamente e sinceramente all'*akshara* (Brahman/ Omkara), l'Esistenza indescrivibile, non-manifestata, onnipervadente, inconcepibile, immutabile, e non soggetta a movimento,

12.4

*sanniyamyendriya gramam sarvatra sama buddhayah
te prapnuvanti mam eva sarva bhuta hite ratah*

sanniyamya: regolando/ controllando; *indriya*: i sensi; *gramam*: l'insieme; *sarvatra*: ovunque; *sama buddhayah*: con intelligenza equilibrata e stabile; *te*: loro; *prapnuvanti*: raggiungono; *mam*: me; *eva*: certamente; *sarva bhuta*: di tutti gli esseri; *hite*: per il bene; *ratah*: interessato.

mi raggiungeranno controllando i sensi, rimanendo ugualmente ben disposti verso tutti, e impegnandosi a lavorare per il bene di tutti gli esseri."

12.5

*kleso 'dhikataras tesam avyaktasakta cetasam
avyakta hi gatir dukham dehavadbhir avapyate*

klesah: difficile; *adhika tarah*: molto più; *tesam*: di loro; *avyakta*: non-manifestato; *asakta*: attaccata; *cetasam*: la mentalità; *avyakta*: non-manifestato; *hi*: in verità; *gatir*: lo scopo; *dukham*: senza felicità; *deha vadbbih*: coloro che hanno un corpo; *avapyate*: viene ottenuta.

"Gli esseri che hanno un corpo trovano molto più difficile e penoso progredire se rimangono mentalmente attaccati al non-manifestato."

12.6

*ye tu sarvani karmani mayi sannyasya mat parah
ananyaiva yogena mam dhyayanta upasate*

ye: loro; *tu*: ma; *sarvani*: tutte; *karmani*: le attività; *mayi*: a me; *sannyasya*: rinunciando; *mat parah*: dedicati a me; *ananya*: senza altri (interessi); *eva*: certamente; *yogena*: con lo yoga; *mam*: me; *dhyayanta*: meditando; *upasate*: adorano.

"Ma coloro che hanno offerto a me tutte le loro attività, e sono dedicati a me senza altri attaccamenti, certamente mi adorano attraverso la meditazione dello yoga."

12.7

*tesam abam samuddharta mrityu samsara sagarat
bhavami na cirat partha mayi avesita cetasam*

tesam: di loro; *abam*: io; *samuddharta*: che solleva; *mrityu*: della morte; *samsara*: della vita materiale; *sagarat*: dall'oceano; *bhavami*: io divento; *na*: non; *cirat*: dopo lungo tempo; *partha*: o figlio di Pritha; *mayi*: su di me; *avesita*: concentrata/ entrata; *cetasam*: la consapevolezza.

"O figlio di Pritha, per coloro che mantengono la loro consapevolezza in me, io appaio ben presto sollevandoli dall'oceano delle morti ripetute."

12.8

*mayy eva mana adbatsva mayi buddhim nivesaya
nivasisyasi mayy eva ata urdham na samsayah*

mayi: in me; *eva*: certamente; *manab*: la mente; *adbatsva*: concentra; *mayi*: su di me; *buddhim*: intelligenza; *nivesaya*: applica; *nivasisyasi*: vivrai / risiederai sempre; *mayi*: in me; *eva*: certamente; *atab urdhvam*: in seguito/ diventa elevato; *na*: non; *samsayah*: dubbio.

"Mantieni la mente concentrata su di me e applica la tua intelligenza di conseguenza. In questo modo risiederai sempre in me, e verrai elevato. Di questo, non c'è dubbio."

12.9

*atha cittam samadhatum na sakenosi mayi sthiram
abhyasa yogena tato mam icchaptum dhananjaya*

atha: perciò; *cittam*: la consapevolezza; *samadhatum*: stabilire; *na*: non; *sakenosi*: sei capace; *mayi*: in me; *sthiram*: stabilmente; *abhyasa yogena*: con la pratica del collegamento; *tatab*: allora; *mam*: me; *iccha*: desiderio; *aptum*: ottenere; *dhananjaya*: o Dhananjaya.

"O Dhananjaya, se però non sei capace di stabilire fermamente in me la tua consapevolezza, dovresti praticare lo yoga con il desiderio di raggiungermi."

12.10

*abhyase 'pe asamartho 'si mat karma paramo bhava
mad artham api karmani kurvan siddhim avapsyasi*

abhyase: con la pratica; *api*: anche se; *asamarthab*: incapace di; *asi*: tu sei; *mat karma*: lavoro per me/ servizio a me; *parama*: dedicato a; *bhava*: diventa; *mad artham*: per me; *api*: anche se; *karmani*: le attività; *kurvan*: compiendo; *siddhim*: perfezione; *avapsyasi*: otterrai.

"Se non sei capace di praticare la meditazione regolata, allora dedica a me la tua vita e lavora per me. In questo modo raggiungerai la perfezione anche mentre svolgi le tue (normali) attività."

12.11

*atbaitad apy asakto 'si kartum mad yogam asritab
sarva karma phala tyagam tatab kuru yatatmanam*

atba: comunque; *etad*: questo; *api*: persino; *asaktab*: incapace; *asi*: tu sei; *kartum*: di fare; *mad yogam*: in collegamento/ unione con me; *asritab*: nel prendere rifugio; *sarva karma*: tutte le attività; *phala*: i risultati; *tyagam*: rinuncia; *tatab*: allora; *kuru*: fai; *yata atma van*: sforzandoti di concentrarti sul sé.

"Se non sei nemmeno capace di fare questo, dovresti confidare in me e distaccarti dal risultato di tutte le tue azioni, sforzandoti di stabilirti sul livello della realizzazione del sé."

12.12

*sreyo hi jnanam abhyasaj jnanad dhyanam visisyate
dhyanat karma phala tyagas tyagac chantir anantaram*

sreyab: meglio; *hi*: in verità; *jnanam*: conoscenza; *abhyasat*: della pratica/ *sadhana*; *jnanat*: della conoscenza; *dhyanam*: la meditazione; *visisyate*: è meglio; *dhyanat*: della meditazione; *karma phala tyagab*: la rinuncia ai frutti dell'azione; *tyagat*: dalla rinuncia; *santib*: la pace; *anantaram*: ne consegue.

"La conoscenza è meglio della *sadhana* regolata (nel servizio devozionale), la meditazione è meglio della semplice coltivazione della conoscenza, e la rinuncia ai frutti dell'azione è meglio della meditazione, perché il distacco porta la pace."

12.13

*advesta sarva bhutanam maitrah karuna eva ca
nirmamo nirabankarah sama dubkha sukhab ksami*

a dvesta: senza invidia/ senza ostilità; *sarva bhutanam*: di tutti gli esseri; *maitrah*: amicizia; *karuna*: compassione; *eva*: certamente; *ca*: e; *nir mamah*: senza alcun senso di possesso o appartenenza; *nir abankarah*: senza un senso di identificazione materiale, dualità o arroganza; *sama dubkha sukhab*: con atteggiamento equanime verso la sofferenza e la gioia; *ksami*: tollerante.

"(Chi lavora per me deve essere) libero da invidia e ostilità, ma amichevole e compassionevole verso tutti gli esseri. (Deve essere) libero da attaccamenti e identificazioni materiali, tollerante e pronto a perdonare, e ugualmente pronto ad affrontare gioie e sofferenze."

12.14

*santustab satatam yogi yatatma dridha niscayah
mayy arpita mano buddhir yo mad bhaktah sa me priyah*

santustab: soddisfatto; *satatam*: sempre; *yogi*: lo *yogi*; *yata atma*: che si impegna nel sé; *dridha-niscayah*: con fermezza e determinazione; *mayi*: a me; *arpita*: offrendo; *manah*: la mente; *buddhih*: l'intelligenza; *yah*: lui/ lei; *mat-bhaktah*: mio devoto; *sah*: lui/ lei; *me*: a me; *priyah*: caro.

"Il *bhakti yogi* è sempre contento, impegnato nel sé con fermezza e determinazione, e offre la mente e l'intelligenza al mio (servizio). Questa persona mi è molto cara."

12.15

*yasman nodvijate loko lokan nodvijate ca yah
harsamarsa bhayodvegair mukto yah sa ca me priyah*

yasmat: da colui; *na*: non; *udvijate*: sono agitate; *lokaḥ*: le persone; *lokat*: dalla gente; *na*: non; *udvijate*: è agitato; *ca*: e; *yab*: lui/ lei; *barsa*: eccitazione causata dalla gioia; *amarsa*: sofferenza; *bhaya*: paura; *udvegaiḥ*: ansietà; *mukṭaḥ*: libero da; *yab*: lui/ lei; *sab*: chi; *ca*: e; *me*: mio; *priyaḥ*: molto caro.

"Una persona che non causa sofferenze ad altri e non è turbata da altri, che non è sopraffatta dalla gioia o dalla sofferenza, che è libera dalla paura e dall'ansietà, mi è molto cara."

12.16

*anapeksaḥ sucir dakṣa udasiṇa gata vyathāḥ
sarvarambha parityagi yo mad bhakṭaḥ sa me priyaḥ*

anapeksaḥ: distaccato/ neutrale; *sucib*: pulito; *dakṣaḥ*: abile; *udasiṇaḥ*: con il cuore leggero; *gata vyathāḥ*: libero dall'ansietà; *sarva arambha*: tutte le imprese; *parityagi*: che ha rinunciato; *yab*: chi; *mat bhakṭaḥ*: il mio devoto; *sab*: lui/ lei; *me priyaḥ*: mi è molto caro.

"Imparziale, pulito, abile, di cuore leggero, distaccato dalle preoccupazioni, poco interessato al successo personale: questo devoto mi è molto caro."

12.17

*yo na brisyati na dvesti na socati na kanksati
subhasubha parityagi bhaktiman yab sa me priyaḥ*

yab: chiunque; *na*: non; *brisyati*: viene sopraffatto dalla gioia; *na*: non; *dvesti*: odia; *na*: non; *socati*: si lamenta; *na*: non; *kanksati*: aspira (a qualche risultato egoistico); *subha asubha*: favorevole o sfavorevole; *parityagi*: completamente distaccato; *bhakti man*: che è caratterizzato dalla *bhakti* (devozione); *yab*: chiunque; *sab*: lui/ lei; *me*: a me; *priyaḥ*: molto caro.

"Un devoto che non è confuso dalla gioia, non odia nulla, non si lamenta e non aspira a qualche risultato egoistico, che è distaccato sia dai vantaggi che dagli svantaggi, mi è molto caro."

12.18

*samah satrau ca mitre ca tatha manapamanayob
sitosna sukha dukkhesu samah sanga vivarjitah*

samah: ugualmente ben disposto; *satrau*: verso un nemico; *ca*: e; *mitre*: verso un amico; *ca*: e; *tatha*: e anche; *mana*: quando viene onorato; *apamanayob*: e in assenza di onori; *sita*: nel freddo; *usna*: nel caldo; *sukha dukkhesu*: nelle gioie e nei dolori; *samah*: ugualmente equilibrato; *sanga vivarjitah*: completamente libero da ogni associazione.

"Ugualmente equilibrato e imparziale verso nemici e amici, onori e mancanza di onori, caldo e freddo, gioie e dolori, e completamente libero da ogni associazione materiale,

12.19

*tulya ninda stutir mauni santusto yena kenacit
aniketah sthira matir bhaktiman me priyo narah*

tulya: equilibrato; *ninda*: insulto; *stutih*: glorificazione; *mauni*: silenzioso; *santustah*: soddisfatto; *yena*: per cui; *kenacit*: qualsiasi; *aniketah*: senza residenza; *sthira matih*: fortemente determinato; *bhaktiman*: che ha devozione; *me*: a me; *priyah*: caro; *narah*: un essere umano.

"E' equilibrato di fronte a insulto e venerazione, silenzioso, soddisfatto di qualsiasi cosa ottenga, senza residenza, fortemente determinato: per questo un devoto mi è molto caro, tra tutti gli esseri umani."

12.20

*ye tu dharmamritam idam yatbuktam paryupasate
sraddadhanah mat parama bhaktas te tiva me priyah*

ye: loro; *tu*: ma; *dharmamritam*: il nettare del *dharmam*/ il *dharmam* eterno; *idam*: questo; *yatba*: come; *uktam*: detto; *paryupasate*: adorano correttamente; *sraddadhanah*: con fede; *mat paramah*: totalmente dedicati a me; *bhaktah*: i devoti; *te*: loro; *ativa*: moltissimo; *me priyah*: cari a me.

"Coloro che adorano correttamente questo *dharma* eterno che è stato spiegato da me, totalmente dedicati a me con fede e devozione, mi sono estremamente cari."

Capitolo 13: Prakriti purusha vibhaga yoga Lo yoga del comprendere la natura come distinta dal principio personale

13.1

arjuna uvaca
prakritim purusam caiva ksetram ksetra jnam eva ca
etat veditum icchami jnanam jneyam ca kesava

arjunah: Arjuna; *uvaca*: disse; *prakritim*: la Prakriti; *purusam*: il Purusha; *ca*: e; *iva*: certamente; *ksetram*: lo *kshetra*; *ksetra jnam*: chi conosce lo *kshetra*; *eva*: certamente; *ca*: e; *etat*: questo; *veditum*: sapere; *icchami*: desidero; *jnanam*: conoscenza; *jneyam*: ciò che deve essere conosciuto; *ca*: e; *kesava*: o Kesava.

Arjuna disse: "O Kesava, desidero sapere della Prakriti e del Purusha, dello *kshetra* e dello *kshetra-jna*, della conoscenza e dell'oggetto della conoscenza."

13.2

sri bhagavan uvaca
idam sariram kaunteya ksetram iti abhidhiyate
etat yo veti tam prabuh ksetra jna iti tad vidah

sri: il meraviglioso; *bhagavan*: Signore; *uvaca*: disse; *idam*: questo; *sariram*: corpo; *kaunteya*: o Kaunteya; *ksetram*: il campo; *iti*: così; *abhidhiyate*: è detto; *etat*: questo; *yah*: colui che; *veti*: conosce; *tam*: quella (persona); *prabuh*: è chiamata; *ksetra jna*: che conosce il campo; *iti*: così; *tad vidah*: chi sa questo.

Il Signore meraviglioso disse: "O Kaunteya, questo corpo è chiamato il campo, e chi conosce questo (corpo) è chiamato il conoscitore del campo.

13.3

*ḷsetra jnam caḷi mam viddhi sarva ḷsetresu bharata
ḷsetra ḷsetrajñayor jñanam yat taj jñanam matam mama*

ḷsetra jnam: che conosce il campo; *ca*: e; *aḷi*: anche; *mam*: me; *viddhi*: sappi; *sarva ḷsetresu*: in tutti i campi; *bharata*: o discendente di Bharata; *ḷsetra ḷsetrajñayob*: il campo e il conoscitore del campo; *jñanam*: conoscenza; *yat*: quella; *taj*: che; *jñanam*: conoscenza; *matam mama*: la mia opinione.

"O Bharata, sappi che anch'io sono conoscitore del campo, e che risiedo in tutti i campi. Conosce il campo e il conoscitore del campo è chiamato conoscenza. Questa è la mia opinione.

13.4

*tat ḷsetram yac ca yadrik ca yat vikari yatas ca yat
sa ca yo yat prabhavas ca tat samasena me srinu*

tat: quello; *ḷsetram*: il campo; *yat*: quello; *ca*: e; *yadrik*: così com'è; *ca*: e; *yat vikari*: le sue trasformazioni; *yatab*: con le quali; *ca*: e; *yat*: quello; *sab*: che; *ca*: e; *yab*: chi; *yat prabhavab*: il suo potere; *ca*: e; *tat*: quello; *samasena*: in breve; *me*: da me; *srinu*: ascolta.

"Ora ascolta, e ti dirò brevemente del campo, delle sue trasformazioni e dei suoi poteri.

13.5

*risibhir babudha gitam chandobhir vividhah prithak
brahma sutra padaih caiva hetumadbhir viniscitaih*

risibhir: dai *rishi*; *babudha*: in molti modi/ molte volte; *gitam*: cantata; *chandobhir*: con inni; *vividhah*: vari; *prithak*: ripetutamente; *brahma sutra padaih*: dagli aforismi del *Brahma sutra*; *ca*: e; *iva*: certamente; *hetumadbhir*: dalle cause; *viniscitaih*: senza dubbio.

193

"(Questa conoscenza) è stata cantata ripetutamente in molti inni dai Rishi. Di nuovo è stata presentata negli aforismi del Vedanta sutra, con una chiara discussione sulle cause (e gli effetti).

13.6

*maha bhutany abankaro buddhir avyaktam eva ca
indriyani dasaikam ca panca cendriya gocarah*

maha bhutani: i grandi elementi; *abankarah*: il senso del soggetto dell'azione; *buddhib*: intelligenza; *avyaktam*: il non manifestato; *eva*: anche; *ca*: e; *indriyani*: i sensi; *dasa ekam*: dieci più uno; *ca*: e; *panca*: cinque; *ca*: e; *indriya gocarah*: gli oggetti dei sensi.

"Gli elementi grossolani, l'*ahankara*, l'intelligenza, il non manifestato, e anche gli 11 sensi e i 5 oggetti dei sensi.

13.7

*iccha dvesah sukham dukham sanghatas cetana dbritih
etat ksetram samasena sa vikaram udabritam*

iccha: desiderio; *dvesah*: repulsione; *sukham*: felicità; *dukham*: sofferenza; *sanghatas*: l'aggregato; *cetana*: la consapevolezza; *dbritih*: determinazione; *etat*: (tutto) questo; *ksetram*: lo *ksetra*; *samasena*: in breve; *sa vikaram*: insieme con i loro prodotti/ le loro interazioni; *udabritam*: come esempio.

desiderio, repulsione, felicità, sofferenza, l'insieme dei sintomi della vita, e la determinazione: tutto questo illustra il concetto del campo e delle sue interazioni.

13.8

*amanitvam adambhitvam ahimsa ksantir arjavam
acaryopasanam saucam sthairyam atma vinigrahah*

amanitvam: non vantarsi; *adambhitvam*: mancanza di arroganza; *ahimsa*: libertà dall'odio; *ksantih*: tolleranza; *arjavam*: approccio diretto/ semplicità; *acarya*

upasanam: avvicinare l'*acharya*; *saucam*: pulizia; *sthairyam*: stabilità; *atma vinigrahah*: controllo di sé.

"Libertà dal desiderio di onori, mancanza di arroganza, assenza di odio, ma anche tolleranza, semplicità, l'atto di avvicinare l'*acharya*, pulizia, determinazione, autocontrollo,

13.9

*indriyarthesu vairagyam anahankara eva ca
janma mrityu jara vyadhi dukha dosanudarsanam*

indriya arthesu: negli oggetti dei sensi; *vairagyam*: rinuncia; *anahankarab*: libertà dall'egotismo; *eva*: certamente; *ca*: e; *janma*: nascita; *mrityu*: morte; *jara*: vecchiaia; *vyadhi*: malattia; *dukha*: sofferenza; *dosa*: il difetto; *anudarsanam*: la visione chiara.

rinuncia verso gli oggetti dei sensi, libertà dal senso di egotismo, e anche la chiara percezione delle sofferenze e problemi inerenti a nascita, morte, vecchiaia e malattia,

13.10

*asaktir anabhisvngah putra dara grihadisu
nityam ca sama cittatvam istanistopapattisu*

asaktib: libertà dall'attaccamento; *anabhisvngah*: senza identificarsi con emozioni e situazioni; *putra dara griha adisu*: verso i figli, la moglie, la casa ecc; *nityam*: sempre; *ca*: e; *sama cittatvam*: atteggiamento equanime; *ista*: desiderato; *anista*: indesiderato; *upapattisu*: ricevendo.

libertà dall'attaccamento, distacco da ogni associazione, compreso il senso di appartenenza o possesso verso figli, moglie, casa, eccetera, e anche un atteggiamento equanime nel ricevere ciò che è piacevole e ciò che è spiacevole,

13.11

*mayi cananya yogena bhaktir anyabharini
vivikta desa sevitam aratir jana samsadi*

mayi: verso di me; *ca*: e; *ananya*: totalmente concentrato; *yogena*: con il collegamento/ l'unione; *bhaktih*: della devozione; *anyabharini*: ininterrotta; *vivikta desa sevitam*: dedicarsi al servizio in un luogo solitario; *aratih*: senza attaccamento; *jana samsadi*: per incontrare gente/ per la compagnia altrui.

totalmente e costantemente concentrato su di me attraverso il *bhakti yoga*, dedicandosi al servizio in un luogo solitario, senza attaccamento per incontrare altre persone,

13.12

*adhyatma jnana nityatvam tattva jnanartha darsanam
etaj jnanam iti proktam ajnanam yad ato 'nyatha*

adhyatma: l'anima originaria; *jnana*: la conoscenza; *nityatvam*: l'eternità/ l'esistenza costante; *tattva*: la realtà; *jnana artha darsanam*: la realizzazione del valore della conoscenza; *etat*: (tutto) questo; *jnanam*: *jnana*; *iti*: così; *proktam*: chiamato; *ajnanam*: *ajnana*; *yat*: quello; *atab*: tranne questo; *anyatha*: qualsiasi altra cosa.

la costante consapevolezza dell'anima originaria, la realizzazione del valore della conoscenza: tutto questo è chiamato *jnana*, e tutto il resto è *ajnana*."

13.13

*jneyam yat tat pravaksyami yaj jnatvamritam asnute
anadi mat param brahma na sat tan nasad ucyate*

jneyam: ciò che deve essere conosciuto; *yat*: che *tat*: quello; *pravaksyami*: io dirò; *yat*: che; *jnatva*: conoscendo; *amritam*: il nettare/ l'immortalità; *asnute*: si gusta; *anadi*: senza inizio; *mat*: me; *param*: supremo; *brahma*: *Brahman*; *na*: non; *sat*: *sat*; *tat*: quello; *na*: non; *asat*: *asat*; *ucyate*: è chiamato.

"Io ti dirò ciò che deve essere conosciuto, la cui conoscenza permette di gustare l'immortalità. Il mio *Brahman* supremo è la realtà senza inizio, e si dice che non sia né *sat* né *asat*.

13.14

*sarvatah pani padam tat sarvato 'kasi siro mukham
sarvatah srutimal loke sarvam avritya tisthati*

sarvatah: ovunque; *pani*: mani; *padam*: piedi; *tat*: quello; *sarvatah*: ovunque; *aksi*: occhi; *sirah*: teste; *mukham*: volto; *sarvatah*: ovunque; *srutiman*: che ascolta; *loke*: nel mondo/ nella gente; *sarvam*: ogni cosa; *avritya*: coprendo; *tisthati*: rimane.

"Questo (Purusha) ha mani e piedi ovunque, occhi e teste e volti ovunque. Ascolta ogni cosa e risiede sempre ovunque, coprendo ogni cosa.

13.15

*sarvendriya gunabhasam sarvendriya vivarjitam
asaktam sarva bhric caiva nirgunam guna bhoktri ca*

sarva indriya: tutti i sensi; *guna*: delle qualità; *abhasam*: la sorgente originaria; *sarva indriya*: tutti i sensi; *vivarjitam*: privo di/ senza; *asaktam*: distaccato; *sarva bhrit*: che mantiene/ sostiene ogni cosa; *ca*: e; *eva*: certamente; *nir gunam*: senza *guna*; *guna bhoktri*: il signore dei *guna*; *ca*: e.

"(Quel Purusha) è l'origine di tutti i sensi e dei *guna*, ma è distaccato da tutti i sensi. Sostiene tutto e tutti, e benché sia distaccato da tutti i *guna*, è il sostegno dei *guna*.

13.16

*bahir antas ca bbutanam acaram caram eva ca
suksmatvat tad avijneyam dura stham cantike ca tat*

babih: fuori; *antab*: dentro; *ca*: e; *bbutanam*: degli esseri; *acaram*: che non si muovono; *caram*: che si muovono; *eva*: certamente; *ca*: anche; *suksmatvat*: la qualità della sottigliezza; *tad*: quello; *avijneyam*: che non può essere conosciuto; *dura stham*: rimanendo distante; *ca*: e; *antike*: vicino; *ca*: e; *tat*: quello.

"Quel (Purusha) è all'esterno e all'interno di tutti gli esseri, quelli che si muovono e quelli che non si muovono, e poiché è estremamente

sottile, non può essere conosciuto (attraverso i sensi materiali grossolani). E' molto lontano e molto vicino (allo stesso tempo).

13.17

*avibhaktam ca bhutesu vibhaktam iva ca sthitam
bhuta bhartri ca taj jneyam grasisnu prabhavisnu ca*

avibhaktam: senza divisioni; *ca*: e; *bhutesu*: riguardo agli esseri; *vibhaktam*: diviso; *iva*: come se; *ca*: e; *sthitam*: stabilito/ situato; *bhuta bhartri*: che mantiene tutti gli esseri; *ca*: e; *taj*: quello; *jneyam*: essere conosciuto; *grasisnu*: che divora; *prabhavisnu*: Vishnu il potente/ che sviluppa; *ca*: e.

"Benché non diviso, appare come se fosse diviso nei (molti) esseri nei quali risiede. Sostiene tutti gli esseri, e deve essere conosciuto come il potente Vishnu, che divora ogni cosa.

13.18

*jyotisam api taj jyotisah param ucyate
jneyam jnana gamyam bridhi sarvasya visthitam*

jyotisam: in tutti i corpi celesti luminosi; *api*: anche; *taj*: quello; *jyotih*: la luce; *tamasah*: tenebre; *param*: al di là/ superiore; *ucyate*: è detto; *jneyam*: deve essere conosciuto; *jnana gamyam*: deve essere avvicinato attraverso la conoscenza; *bridhi*: nel cuore; *sarvasya*: di ogni cosa; *visthitam*: stabilito.

"E' descritto come la luce in tutte le cose luminose, trascendentale alle tenebre. E' stabilito nel cuore di ogni cosa, e deve essere conosciuto attraverso la coltivazione della conoscenza.

13.19

*iti ksetram tatha jnanam jneyam cuktam samsatab
mad bhakta etad vijnaya mad bhavayopapadyate*

iti: così; *ksetram*: lo *kshetra*; *tatha*: anche; *jnanam*: conoscenza; *jneyam*: che deve essere conosciuto; *ca*: e; *uktam*: detto; *samasatab*: riassumendo; *mat bhaktah*: il

mio devoto; *etat*: questo; *vijnaya*: comprendendo; *mat bhavaya*: con/ alla mia natura; *upapadyate*: raggiunge.

"Ho così riassunto la descrizione di *kshetra*, *jnana* e *jneya*. Il mio devoto raggiunge la mia natura/ esistenza comprendendo questa (conoscenza)."

13.20

*prakritim purusam caiva viddhy anadi ubhav api
vikarams ca gunams caiva viddhi prakriti sambhavan*

prakritim: la *prakriti*; *purusam*: il *purusha*; *ca*: e; *eva*: certamente; *viddhi*: sappi; *anadi*: senza inizio; *ubhav*: entrambi; *api*: anche; *vikaran*: le trasformazioni; *ca*: e; *gunam*: le qualità; *ca*: e; *eva*: certamente; *viddhi*: sappi; *prakriti sambhavan*: nate dalla *prakriti*.

"Sappi che Prakriti e Purusha sono entrambi eterni, e che le loro trasformazioni e qualità nascono dalla Prakriti.

13.21

*karya karana kartritve hetub prakritir ucyate
purusab sukha dukkhanam bhoktritve hetur ucyate*

karya: l'azione che deve essere compiuta; *karana*: l'origine; *kartritve*: nel fare/ nell'intraprendere l'azione; *hetub*: causa; *prakritih*: *prakriti*; *ucyate*: è detto; *purusab*: *purusha*; *sukha dukkhanam*: della gioia e del dolore; *bhoktritve*: del gustare; *hetub*: la causa; *ucyate*: è detto.

"E' detto che Prakriti è la causa e l'origine dell'azione, mentre Purusha è la causa della percezione di gioia e sofferenza.

13.22

*purusab prakriti stho hi bhunkte prakriti jan gunan
karanam guna sango 'sya sad asad yoni janmasu*

purusab: il *purusha*; *prakriti sthab*: situato nella *prakriti*; *hi*: in verità; *bhunkte*: gusta; *prakriti jan*: nato dalla *prakriti*; *gunan*: i *guna*; *karanam*: l'origine; *guna sanga*: contatto con i *guna*; *asya*: di lui; *sat asat*: buona e cattiva; *yoni*: matrice; *janmasu*: in varie nascite.

"Il Purusha è situato nella Prakriti, e gusta i *guna* che hanno avuto origine dalla Prakriti. A causa del contatto con questi *guna*, prende nascita in nuove matrici, buone o cattive.

13.23

upadrastanumanta ca bharta bhokta mahesvarab
paramatmeti capy ukto debe 'smin purusab parah

upadrasta: il testimone; *anumanta*: che consente; *ca*: e; *bharta*: che mantiene; *bhokta*: che gusta; *mahesvarab*: il grande Signore; *param atma*: il Sé supremo; *iti*: così; *ca*: e; *api*: persino; *uktab*: è detto; *debe*: nel corpo; *asmin*: questo; *purusab parah*: il *Purusha* supremo/ trascendentale.

"E' detto che all'interno di questo corpo risiede anche il Purusha supremo, il Paramatma Mahesvara. E' lui che rimane testimone dell'azione e permette che sia compiuta, la sostiene e la assapora.

13.24

ya evam veti purusam prakrtim ca gunaih saba
sarvatha vartamano 'pi na sa bhuyab 'bhijayate

yab: uno che; *evam*: in questo modo; *veti*: conosce; *purusam prakrtim ca*: il *purusha* e la *prakriti*; *gunaih saba*: insieme con i *guna*; *sarvatha*: in ogni modo; *vartamanab*: stabilito; *api*: sebbene; *na*: non; *sab*: lui/ lei; *bhuyab*: di nuovo; *abhijayate*: nasce.

"Chi conosce il Purusha e la Prakriti, e le varie modalità dei *guna*, non dovrà rinascere di nuovo, non importa quale sia la sua situazione attuale.

13.25

*dhyānenātmani pasyanti kecid atmanam atmana
anye sankhyena yogena karma yogena capare*

dhyānena: con la meditazione; *ātmani*: nel sé; *pasyanti*: vedono; *kecid*: alcuni; *atmanam*: il sé; *atmana*: con il sé; *anye*: altri; *sankhyena yogena*: con il *sankhya yoga*; *karma yogena*: con il *karma yoga*; *ca*: e; *apare*: altri.

"Alcuni vedono (tutto ciò) nel sé attraverso la meditazione, altri impegnando l'atman nell'atman, e altri attraverso il sankhya yoga o il karma yoga."

13.26

*anye tv evam ajanantah srutvanyebhya upasate
te 'pi catitaranty eva mrityum sruti parayanah*

anye: altri; *tu*: ma; *evam*: in questo modo; *ajanantah*: che non sanno; *srutva*: ascoltando; *anyebhya*: da altri; *upasate*: adorano/ avvicinano; *te*: loro; *api*: sebbene; *ca*: e; *atitaranti*: superano/ trascendono; *eva*: certamente; *mrityum*: morte; *sruti parayanah*: dediti all'ascolto/ alle scritture.

"Altri ancora, che non hanno sufficiente conoscenza, adorano poiché imparano da altri; anche loro superano la morte poiché sono dediti all'ascolto delle scritture."

13.27

*yavat sanjayate kincit sattvam sthavara jangamam
ksetra ksetrajna samyogat tad viddhi bharatarsabha*

yavat: qualsiasi cosa; *sanjayate*: viene all'esistenza; *kincit*: qualcosa; *sattvam*: *sattva*/ esistenza; *sthavara*: immobile; *jangamam*: mobile; *ksetra*: il campo; *ksetra jna*: il conoscitore del campo; *samyogat*: attraverso l'unione/ il collegamento; *tat*: quello; *viddhi*: dovresti conoscere; *bharata rshabha*: o migliore tra i discendenti di Bharata.

"O discendente di Bharata, sappi che tutto ciò che viene ad esistere, mobile o immobile, è generato dall'unione tra il campo e il conoscitore del campo."

13.28

*samam sarvesu bhutesu tisthantam paramesvaram
vinasyatsu avinasyantam yab pasyati sa pasyati*

samam: ugualmente; *sarvesu bhutesu*: in tutti gli esseri; *tisthantam*: che risiede; *parama isvaram*: il Signore supremo; *vinasyatsu*: nelle cose che saranno distrutte; *avinasyantam*: nelle cose che non saranno distrutte; *yab*: lui/ lei; *pasyati*: vede; *sab*: lui/ lei; *pasyati*: vede (veramente).

"Il Signore supremo risiede ugualmente in tutti gli esseri - in quelli che saranno distrutti e in quelli che non saranno distrutti. Chi vede questo, vede veramente.

13.29

*samam pasyan hi sarvatra samavasthitam isvaram
na hinasty atmanatmanam tato yati param gatim*

samam: ugualmente; *pasyan*: che vede; *hi*: certamente; *sarvatra*: ovunque; *sama vasthitam*: situato nello stesso modo; *isvaram*: il Signore; *na*: non; *hinasti*: viene diminuito/ degradato; *atmana*: da sé stesso; *atmanam*: il sé; *tatab*: allora; *yati*: raggiunge; *param gatim*: la destinazione suprema.

"Chi vede il Signore ugualmente situato ovunque non subisce la degradazione di essere controllato dalla propria mente/ impegnando il sé nel sé, raggiunge finalmente la destinazione suprema.

13.30

*prakrityaiva ca karmani kriyamanani sarvasab
yab pasyati tathamanam akartaram sa pasyati*

prakritya: dalla *prakriti*; *eva*: certamente; *ca*: e; *karmani*: le attività; *kriyamanani*: vengono compiute; *sarvasab*: in tutte le situazioni; *yab*: uno/ una che; *pasyati*: vede; *tatha*: anche; *atmanam*: il sé; *akartaram*: che non è l'autore dell'azione; *sab*: lui/ lei; *pasyati*: vede.

"Chi vede che tutte le attività, in ogni circostanza, sono compiute dalla Prakriti, e che l'Atman non è l'autore dell'azione, vede veramente.

13.31

*yada bhuta prithag bhavam eka stham anupasyati
tata eva ca vistaram brahma sampadyate tada*

yada: quando; *bhuta*: degli esseri; *prithak bhavam*: la separazione avviene; *eka stham*: situati in uno; *anupasyati*: si addestra a vedere; *tata eva*: allora; *ca*: e; *vistaram*: lo sviluppo; *brahma*: Brahman; *sampadyate*: raggiunge la posizione; *tada*: in quel momento.

"Quando una persona è allenata a vedere tutti gli esseri situati nell'Uno, anche se sono distinti, e (come tutto questo) si sviluppa, raggiunge la posizione del Brahman.

13.32

*anaditvan nirgunatvat paramatmayam avyayah
sarira stho 'pi kaunteya na karoti na lipyate*

anaditvat: poiché non ha inizio; *nirgunatvat*: poiché non è soggetto ai *guna*; *parama atma*: il Sé supremo; *ayam*: questo; *avyayah*: imperituro; *sarira sthah*: che risiede nel corpo; *api*: sebbene; *kaunteya*: o figlio di Kunti; *na karoti*: non agisce; *na lipyate*: non è contaminato (dall'azione).

"O figlio di Kunti, questo Paramatma risiede nel corpo ma non ha inizio e non è soggetto ai *guna*. E' imperituro, e non agisce e non è contaminato dall'azione.

13.33

*yatha sarva gatam saukshmyad akasam nopalipyate
sarvatravasthito debe tathatma nopalipyate*

yatha: come; *sarva gatam*: onnipresente; *sauksmyat*: a causa della qualità della sottigliezza; *akasm*: lo spazio; *na upalipyate*: non è toccato; *sarvatra*: ovunque;

avasthitah: situato; *debe*: nel corpo; *tattha*: similmente; *atma*: il sé; *na upalipyate*: non è toccato.

"Proprio come lo spazio è presente ovunque ma non è toccato da niente poiché è sottile, similmente l'Atman non è toccato nemmeno dal fatto di risiedere nel corpo.

13.34

*yatha prakasayaty ekah kritsnam lokam imam ravib
ksetra, ksetri tattha kritsnam prakasayati bharata*

yatha: come; *prakasayati*: illumina; *ekah*: uno solo; *kritsnam*: l'intero; *lokam*: mondo; *imam*: questo; *ravib*: il Sole; *ksetra*: il campo; *ksetri*: il sé che vive nel campo; *tattha*: nello stesso modo; *kritsnam*: ogni cosa; *prakasayati*: illumina; *bharata*: o discendente di Bharata.

"O Bharata, proprio come il Sole illumina tutto questo mondo, nello stesso modo lo *kshetri* illumina l'intero *kshetra*.

13.35

*ksetra ksetrajnora evam antaram jnana cakṣusa
bhuta prakṛiti mokṣam ca ye vidur yanti te param*

ksetra ksetrajnayaḥ: dello *kshetra* e del conoscitore dello *kshetra*; *evam*: così; *antaram*: cosa sta dentro/ la differenza; *jnana cakṣusa*: con gli occhi della conoscenza; *bhuta*: degli esseri; *prakṛiti*: la *prakṛiti*; *mokṣam*: la liberazione; *ca*: e; *ye*: coloro che; *vidur*: conoscono; *yanti*: vanno; *te*: loro; *param*: al Supremo.

"Coloro che contemplan la conoscenza dello *kshetra* e dello *kshetra jna* e della differenza tra i due, e di come raggiungere la liberazione attraverso/ dalla natura dell'esistenza, raggiungeranno il Supremo."

Capitolo 14: *Guna traya vibhaga yoga* Lo yoga delle differenze tra i *guna*

14.1

sri bhagavan uvaca
param bhuyah pravaksyami jnananam jnanam uttamam
yaj jnatva munayah sarve param siddhim ito gatah

sri bhagavan uvaca: il meraviglioso Signore disse; *param*: trascendentale/ suprema; *bhuyah*: di nuovo; *pravaksyami*: io dirò; *jnananam*: tra tutte le scienze; *jnanam*: la conoscenza; *uttamam*: suprema; *yaj*: che; *jnatva*: sapendo; *munayah*: i grandi saggi; *sarve*: tutti; *param*: la più alta; *siddhim*: perfezione; *itah*: da qui; *gatah*: andarono / raggiunsero.

Il Signore meraviglioso disse, "Ti parlerò ancora di questa conoscenza suprema tra tutte le scienze. Grazie a questa conoscenza, tutti i grandi saggi hanno raggiunto la perfezione suprema/ la perfezione della realizzazione trascendentale da questo mondo.

14.2

idam jnanam upasritya mama sadbarmyam agatah
sarge 'pi nopajayante pralaye na vyathanti ca

idam: questa; *jnanam*: conoscenza; *upasritya*: prendendo rifugio; *mama*: mio; *sadbarmyam*: lo stesso *dharmam*; *agatah*: avendo raggiunto; *sarge*: nella creazione; *api*: persino; *na upajayante*: non rinascono; *pralaye*: nella distruzione; *na vyathanti*: non sono scossi; *ca*: e.

"Coloro che prendono rifugio in questa conoscenza raggiungono la mia stessa posizione, e non rinasceranno più in una prossima creazione. Inoltre, rimarranno fermamente stabili anche al momento della dissoluzione.

14.3

*mama yonir mahad brahma tasmin garbham dadhamy abam
sambhavah sarva bhutanam tato bhavati bharata*

mama: mia; *yonib*: matrice; *mahat*: il grande; *brahma*: Brahman; *tasmin*: in quello; *garbham*: embrione; *dadhami*: io dò; *abam*: io; *sambhavah*: nascita/ possibilità; *sarva*: tutti; *bhutanam*: esseri; *tatah*: in seguito; *bhavati*: diventa; *bharata*: o discendente di Bharata.

"O discendente di Bharata, il mahat tattva è la mia matrice, nella quale creo l'embrione della creazione, dal quale si manifestano successivamente tutti gli esseri/ tutte le situazioni.

14.4

*sarva yonisu kaunteya murtayah sambhavanti yab
tasam brahma mahad yonir abam bija pradah pita*

sarva yonisu: in tutte le matrici; *kaunteya*: o figlio di Kunti; *murtayah*: le forme; *sambhavanti*: diventano manifestate; *yab*: quello; *tasam*: di tutte loro; *brahma*: il Brahman; *mahat*: la Grande; *yonib*: Matrice; *abam*: io; *bija*: il seme; *pradah*: che dà; *pita*: il padre.

"In qualsiasi forma di matrice appaiano, tutti gli esseri sono figli della Madre suprema e io sono il Padre, che dà il seme.

14.5

*sattvam rajah tama iti gunah prakriti sambhavah
nibadhnanti maha baho debe dehinam aryam*

sattvam: *sattva*; *rajah*: *rajas*; *tamah*: *tamas*; *iti*: in questo modo; *gunah*: i *guna*; *prakriti*: (dalla *prakriti*); *sambhavah*: manifestati; *nibadhnanti*: legano; *maha baho*: dalle potenti braccia; *debe*: nel corpo; *dehinam*: degli (esseri) incarnati; *aryam*: eterno.

"Sattva, rajah, tamah: questi sono i guna manifestati dalla prakriti. O (Arjuna) dalle potenti braccia, questi (guna) legano l'anima eterna al corpo.

14.6

*tatra sattvam nirmalatvat prakasakam anamayam
sukha sangena badhnati jnana sangena canagha*

tatra: là; *sattvam*: *sattva*; *nir malatvat*: purezza; *prakasakam*: illuminazione; *anamayam*: libertà dai difetti; *sukha*: felicità; *sangena*: dal contatto; *badhnati*: lega; *jnana*: conoscenza; *sangena*: dal contatto; *ca*: e; *anagha*: o (tu che sei) senza peccato.

"O Arjuna, tra questi il contatto con *sattva* attraverso l'associazione lega alla purezza, all'illuminazione, alla libertà dai difetti, alla felicità e alla conoscenza.

14.7

*rajo ragatmakam viddhi trisna sanga samudbhavam
tan nibadhnati kaunteya karma sangena dehinam*

rajab: *rajas*; *raga atmakam*: che consiste di attaccamento; *viddhi*: dovresti sapere; *trisna*: sete/ aspirazione; *sanga*: il contatto; *samudbhavam*: apparve (da); *tat*: quello; *nibadhnati*: lega; *kaunteya*: o figlio di Kunti; *karma*: azione; *sangena*: dal contatto con; *dehinam*: deli esseri incarnati.

"O figlio di Kunti, devi sapere che il contatto con *rajas* sviluppa attaccamento e aspirazioni, che legano gli esseri incarnati all'azione.

14.8

*tamas tv ajnana jam viddhi mohanam sarva dehinam
pramadasya nidrabhis tan nibadhnati bharata*

tamah: *tamas*; *tu*: ma; *ajnana jam*: nata dall'ignoranza; *viddhi*: devi sapere; *mohanam*: confusione; *sarva dehinam*: di tutti gli esseri incarnati; *pramada*: pazzia; *alasya*: pigrizia; *nidrabhis*: sonno eccessivo; *tat*: quella; *nibadhnati*: lega; *bharata*: o discendente di Bharata.

"O discendente di Bharata, devi sapere che *tamas* causa l'ignoranza e i legami che ne derivano, come confusione, pazzia, pigrizia e sonno eccessivo.

14.9

*sattvam sukhe sanjayati rajah karmāni bharata
jñānam avṛtya tu tamah pramāde sanjayaty uta*

sattvam: sattva; sukhe: nella felicità; sanjayati: lega; rajah: rajas; karmāni: nelle attività; bharata: o discendente di Bharata; jñānam: la conoscenza; avṛtya: coprendo; tu: ma; tamah: tamas; pramāde: in pazzia; sanjayati: si trasforma; uta: è detto.

"O discendente di Bharata, è detto che *sattva* lega alla/ attraverso la felicità, *rajas* alle azioni, e *tamas* si trasforma in pazzia.

14.10

*rajas tamah abhibhūya sattvam bhavati bharata
rajah sattvam tamah caiva tamah sattvam rajas tatha*

rajah: rajas; tamah: tamas; ca: e; abhibhūya: superando; sattvam: sattvam; bhavati: diventa; bharata: o discendente di Bharata; rajah: rajas; sattvam: sattva; tamah: tamas; ca: e; eva: sebbene; tamah: tamas; sattvam: sattva; rajah: rajas; tatha: allora.

"O discendente di Bharata, quando *rajas* sconfigge *tamas* si trasforma in *sattva*. Ma quando *rajas* offusca *sattva* diventa *tamas*, e poi *tamas* arriva a sopraffare *sattva* e *rajas*.

14.11

*sarva dvāresu debe 'smin prakāsa upajayate
jñānam yada tada vidyāt vivṛddham sattvam ity uta*

sarva dvāresu: a tutte le porte; debe: il corpo; asmin: questo; prakāsa: illuminazione; upajayate: diventa manifestato / appare; jñānam: la conoscenza; yada: quando; tada: allora; vidyāt: dalla conoscenza (trascendentale); vivṛddham: accresciuta; sattvam: sattva; iti: così; uta: è detto.

"E' detto che quando tutte le porte del corpo sono illuminate dalla realizzazione della conoscenza, allora tale conoscenza accresce il potere di *sattva*.

14.12

*lobbah pravrittir arambhab karmanam asamah spriha
rajasy etani jayante vivridbhe bharatarsabha*

lobbah: avidità; *pravrittih*: impegno; *arambhab*: sforzo/ inizio; *karmanam*: nelle azioni; *asamah*: incontrollato; *spriha*: contatto; *rajasi*: in *rajas*; *etani*: tutti questi; *jayante*: appaiono; *vivridbhe*: quando c'è un aumento; *bharata rsabha*: o migliore tra i discendenti di Bharata.

"O migliore tra i discendenti di Bharata, quando il contatto con *rajas* crea la tendenza all'avidità e la mancanza di controllo nell'impegnarsi nell'azione, *rajas* aumenta.

14.13

*aprakaso 'pravrittis ca pramado moha eva ca
tamasy etani jayante vivridbhe kuru-nandana*

a prakasab: mancanza di illuminazione; *a pravrittih*: assenza di impegno; *ca*: e; *pramada*: pazzia; *moha*: confusione/ illusione; *eva*: certamente; *ca*: e; *tamasi*: in *tamas*; *etani*: tutti questi; *jayante*: si manifestano; *vivridbhe*: con l'aumento; *kuru nandana*: o amato discendente di Kuru.

"O amato discendente di Kuru, con l'aumento di *tamas* si verificano stupidità, pigrizia, pazzia e confusione, che tendono a peggiorare sempre più.

14.14

*yada sattve pravridbhe tu pralayam yati deha bhrit
tadottama vidam lokan amalan pratipadyate*

yada: quando; *sattve*: in *sattva*; *pra vridbhe*: c'è un aumento; *tu*: però; *pralayam*: la distruzione; *yati*: va; *deha bhrit*: che porta un corpo; *tada*: allora; *uttama vidam*: del più grande; *lokan*: i pianeti/ le dimensioni; *amalan*: puri; *prati padyate*: raggiunge.

"Quando la forza di *sattva* aumenta, al momento del *pralaya* l'anima incarnata raggiunge le dimensioni più alte delle anime pure.

14.15

*rajasi pralayam gatva karma sangisu jayate
tatha pralinas tamasi mudha yonisu jayate*

rajasi: in *rajas*; *pralayam*: la distruzione; *gatva*: raggiungendo; *karma sangisu*: tra coloro che sono attaccati alle attività; *jayate*: nasce; *tatha*: similmente; *pralinas*: uno che viene distrutto; *tamasi*: in *tamas*; *mudha*: privo di intelligenza; *yonisu*: nelle matrici; *jayate*: rinasce.

"Quando arriva la morte/ la dissoluzione, coloro che sono sotto l'influenza di *rajas* rinascono tra coloro che sono attaccati alle azioni, mentre coloro che incontrano la distruzione mentre sono sotto l'influenza di *tamas* nascono in matrici prive di intelligenza.

14.16

*karmanah sukritasyabub sattvikam nirmalam phalam
rajasas tu phalam dukham ajnanam tamasah phalam*

karmanah su kridaya: di buone azioni; *abub*: dicono; *sattvikam*: di *sattva*; *nirmalam*: senza macchia; *phalam*: risultati; *rajasah*: *rajas*; *tu*: ma; *phalam*: i risultati; *dukham*: sofferenza; *ajnanam*: ignoranza; *tamasah*: *tamas*; *phalam*: il risultato.

"E' detto che *sattva* dà risultati senza macchia nella forma di doveri svolti adeguatamente, mentre *rajas* produce sofferenza, e *tamas* produce ignoranza.

14.17

*sattvat sajayate jnanam rajaso lobha eva ca
pramada mohau tamaso bhavato 'jnanam eva ca*

sattvat: da *sattva*; *sajayate*: si sviluppa; *jnanam*: conoscenza; *rajasa*: da *rajas*; *lobhah*: avidità; *eva*: certamente; *ca*: e; *pramada*: pazzia; *mohau*: illusione; *tamasah*: ignoranza; *bhavatah*: si manifesta; *ajnanam*: stupidità; *eva*: certamente; *ca*: e.

"Da *sattva* viene generata la conoscenza. Da *rajas* nasce l'avidità, e certamente *tamas* manifesta pazzia, illusione, ignoranza e stupidità.

14.18

*urdbvam gacchanti sattva stba madhye tisthanti rajasah
jaghanya guna vritti stba adbo gacchanti tamasah*

urdbvam: verso l'alto; *gacchanti*: vanno; *sattva stbah*: coloro che si sono stabiliti in *sattva*; *madhye*: sul livello intermedio; *tisthanti*: rimangono; *rajasah*: coloro che sono in *rajas*; *jaghanya*: abominevoli; *guna*: qualità; *vritti stbah*: regolarmente impegnati in; *adhab*: giù; *gacchanti*: vanno; *tamasah*: coloro che sono sotto l'influenza dell'ignoranza.

"Coloro che si sono stabiliti in *sattva* si elevano, coloro che sono in *rajas* rimangono sul livello intermedio, ma coloro che si impegnano regolarmente nelle attività abominevoli di *tamas* cadono verso il basso.

14.19

*nanyam gunebhyah kartaram yada drastanupasyati
gunebhyas ca param veti mad bhavam so 'dbigacchati*

na: non; *anyam*: altro; *gunebhyah*: che i *guna*; *kartaram*: i *karta*; *yada*: quando; *drasta*: chi vede; *anupasyati*: vede veramente; *gunebhyah*: nei *guna*; *ca*: e; *param*: supremo/ più alto; *veti*: conosce; *mat bhavam*: la mia natura; *sah*: lui/ lei; *adbhigacchati*: raggiunge in modo definitivo.

"Chi si rende conto che le attività sono compiute semplicemente dai *guna* ha la giusta visione, e conoscendo la mia natura, raggiunge il livello della perfezione.

14.20

*gunan etan atitya trin debi deba samudbhavan
janma mrityu jara dukhahair vimukto 'mritam asnute*

gunan: i *guna*; *etan*: tutti questi; *atitya*: trascendendo; *trin*: tre; *debi*: l'essere incarnato; *deba samudbhavan*: che ha origine dal corpo; *janma*: nascita; *mrityu*: morte; *jara*: vecchiaia; *dubkhaib*: sofferenze; *vimuktah*: completamente libero; *amritam*: immortalità; *asnute*: gusta.

"Sollevandosi al disopra di questi tre *guna*, l'anima incarnata diventa completamente libera dagli effetti del corpo - nascita, morte, vecchiaia e tutte le loro sofferenze - e gusta l'immortalità."

14.21

arjuna uvaca

*kair lingais trin gunan etan atito bhavati prabho
kim acarab katham caitams trin gunan ativartate*

arjunah uvaca: Arjuna disse; *kaib*: da quali; *lingaib*: forme/ sintomi; *trin*: tre; *gunan*: i *guna*; *etan*: questi; *atitah*: che hanno trasceso; *bhavati*: diventa; *prabho*: o Signore; *kim*: come; *acarab*: si comporta; *katham*: come; *ca*: e; *etan*: questi; *trin*: tre; *gunan*: i *guna*; *ati vartate*: va oltre.

Arjuna disse, "O Signore, quali sono i sintomi manifestati da chi ha trasceso i tre *guna*? Come si comporta, e in che modo ha superato i tre *guna*?"

14.22

sri bhagavan uvaca

*prakasam ca pravrittim ca moham eva ca pandava
na dvesti sampravrittani na nivrittani kanksati*

sri bhagavan: il Signore meraviglioso; *uvaca*: disse; *prakasam*: illuminazione; *ca*: e; *pravrittim*: impegno; *ca*: e; *moham*: illusione; *eva*: certamente; *ca*: e; *pandava*: o figlio di Pandu; *na dvesti*: non odia; *sampravrittani*: completamente impegnato/ sviluppato; *na*: non; *nivrittani*: fermare l'impegno; *kanksati*: desidera.

Il Signore meraviglioso disse, "O figlio di Pandu, (questa persona) non odia l'illuminazione, l'impegno nelle attività o l'illusione, né vi si immerge completamente, e non si astiene dal lavoro."

14.23

*udasina vad asino gunair yo na vicalyate
guna vartanta ity evam yo 'vatisthati nengate*

udasina vat: come neutrale; *asinah:* seduto; *gunaih:* dai *guna*; *yah:* uno che; *na:* mai; *vicalyate:* è scosso; *gunah:* i *guna*; *vartante:* seguono; *iti:* in questo modo; *evam:* certamente; *yah:* lui/ lei; *avatisthati:* rimane sempre; *na ingate:* non è sopraffatto.

"Una persona che rimane in posizione neutrale rispetto ai *guna* non è mai scossa, e seguendo regolarmente questo (metodo) rimane stabile senza essere sopraffatta.

14.24

*sama dukkha sukhab sva sthab sama lostrasma kancanab
tulya priyapriyo dhiras tulya nindatma samstutib*

sama: uguale; *dukkha:* sofferenza; *sukhab:* gioia; *sva:* propria; *sthab:* è stabilito; *sama:* con uguale considerazione; *lostra:* argilla; *asma:* pietra; *kancanab:* oro; *tulya:* uguale; *priya:* piacevole; *apriyah:* spiacevole; *dhirah:* sobrio; *tulya:* equilibrato; *ninda:* offesa; *atma samstutib:* glorificazione/ lode di sé.

"Il saggio è fermamente stabilito (in *suddha sattva*) e (tollera) in ugual modo le proprie gioie e sofferenze. (Vede) con uguale considerazione un pezzo di argilla, una pietra e un pezzo d'oro, e dà lo stesso valore alle cose piacevoli e spiacevoli, rimanendo sobrio ed equilibrato di fronte agli insulti e anche alle lodi (dirette a lui).

14.25

*manapamanayas tulyas tulyo mitrari paksayoh
sarvarambha parityagi gunatitah sa ucyate*

manab: nell'essere onorata; *apamanayah:* nell'essere trascurata; *tulyah:* equilibrata; *tulyah:* ugualmente (ben) disposta; *mitra:* amici; *ari:* nemici; *paksayoh:* verso le divisioni; *sarva arambha:* tutte le imprese personali; *parityagi:*

che ha completamente rinunciato; *guna atitab*: al di là dei *guna*; *sab*: lui/ lei; *ucyate*: è detto (essere).

"(Una persona che) rimane ugualmente (ben) disposta sia quando viene onorata che quando viene trascurata, ed è equanime verso le categorie di amici e nemici, che ha completamente rinunciato all'idea di perseguire imprese materiali egotistiche, è detta trascendentale ai *guna*.

14.26

*mam ca yo 'vyabhicarena bhakti yogena sevate
sa gunan samatityaitan brahma bhuyaya kalpate*

mam: a me; *ca*: e; *yab*: uno che; *avyabhicarena*: senza deviare; *bhakti yogena*: attraverso il *bhakti yoga*; *sevate*: offre servizio; *sab*: lui/ lei; *gunan samatitya*: avendo trasceso i *guna*; *etan*: tutti questi; *brahma bhuyaya*: sul livello del *Brahman*; *kalpate*: desidera.

"Chi mi serve sinceramente nel *bhakti yoga* senza deviare sviluppa desideri che sono sul livello del *Brahman*, che trascendono tutti questi *guna*.

14.27

*brahmano hi pratisthaham amritasyavyayasya ca
sasvatasya ca dharmasya sukhasyaikantikasya ca*

brahmanah: del *Brahman*; *hi*: in verità; *pratistha*: il fondamento; *aham*: io sono; *amritasya*: dell'immortale; *avyayasya*: dell'immutabile; *ca*: e; *sasvatasya*: dell'eterno; *ca*: e; *dharmasya*: del *dharma*; *sukhasya*: della felicità; *aikantikasya*: dell'Uno; *ca*: e.

"Io sono il fondamento del *Brahman*, l'immortale, infallibile/ imperituro, eterno, che è il *dharma* supremo e la felicità, l'unica Realtà."

Capitolo 15: Purushottama yoga Lo yoga della Persona suprema

15.1

*sri bhagavan uvaca
urdhva mulam adbah sakham asvattham prabur avyayam
chandamsi yasya parnani yas tam veda sa veda vit*

sri bhagavan: il Signore meraviglioso; *uvaca*: disse; *urdhva*: verso l'alto; *mulam*: le radici; *adbah*: verso il basso; *sakham*: i rami; *asvattham*: albero *asvattha*; *prabur*: è detto; *avyayam*: eterno; *chandamsi*: gli inni vedici; *yasya*: del quale; *parnani*: le foglie; *yab*: uno che; *tam*: quello; *veda*: che conosce; *sab*: lui/ lei; *veda vit*: che conosce i *Veda*.

Il Signore meraviglioso disse, "E' detto che c'è un albero *asvattha* le cui radici crescono verso l'alto e i cui rami crescono verso il basso. Le sue foglie sono gli eterni inni dei *Veda*. Chi lo conosce, conosce i *Veda*.

15.2

*adbah cordhvam prasritas tasya sakha guna pravridhah visaya pravalab
adbah ca mulany anusantatani karmmanubandhini manusya loke*

adbah: verso il basso; *ca*: e; *urdhvam*: verso l'alto; *prasritah*: che si estende; *tasya*: suoi; *sakhab*: rami; *guna*: i *guna*; *pravridhah*: sviluppati; *visaya*: gli oggetti dei sensi; *pravalab*: ramoscelli; *adbah*: verso il basso; *ca*: e; *mulani*: le radici; *anusantatani*: allargati; *karma anubandhini*: legati da *karma*; *manusya loke*: nella società umana.

"Estendendosi verso il basso e verso l'alto, i suoi rami sviluppano i *guna*, i ramoscelli diventano gli oggetti dei sensi, e crescono verso il basso per diventare radici e allargarsi sempre più, per legare gli esseri umani con doveri.

215

15.3

*na rupam asyeha tathopalabhyate nanto na cadir na ca sampratistha
asvattham enam su virudha mulam asanga sastrena dridbena chittva*

na: non; *rupam*: la forma; *asya*: sua; *iba*: qui; *tatha*: anche; *upalabhyate*: può essere percepita; *na*: non; *antah*: la fine; *na*: non; *ca*: e; *adib*: l'inizio; *na*: non; *ca*: e; *sampratistha*: il fondamento; *asvattham*: (albero) *asvattha*; *enam*: questo; *su virudha*: molto forte; *mulam*: la radice; *asanga*: il distacco; *sastrena*: con l'arma; *dridbena*: determinato; *chittva*: tagliando.

"La sua forma non può essere percepita da qui, poiché non ha fine o inizio o fundamenta. La sua radice è molto forte, ma deve essere tagliata con l'arma della determinazione nel distacco.

15.4

*tatab padam tat parimargitavyam yasmin gata na nivartanti bhuyah
tam eva cadyam purusam prapadye yatab pravrittih prasrita purani*

tatab: allora; *padam*: posizione; *tat*: quella; *parimargitavyam*: deve essere cercata; *yasmin*: dove; *gatab*: avendola raggiunta; *na*: non; *nivartanti*: tornano; *bhuyah*: ancora; *tam*: quello; *eva*: certamente; *ca*: e; *adyam*: primordiale; *purusam*: il Purusha; *prapadye*: prendendo rifugio; *yatab*: dal quale; *pravrittih*: creazione/ sviluppo/ impegno; *prasrita*: esteso; *purani*: molto antico.

"Bisogna dunque cercare quella posizione dalla quale non si ricade più, prendendo rifugio in (Dio), (l'essere) primordiale, dal quale tutta questa creazione si è sviluppata.

15.5

*nirmana moha jita sanga dosa adhyatma nitya vinivritta kamah
dvandvair vimuktah sukha dukkha samjnair gacchanty amudbah padam anyayam tat*

nib: senza; *mana*: senso di prestigio; *mohah*: illusione; *jita*: avendo vinto; *sanga dosah*: i difetti dovuti al contatto; *adhyatma*: nel Sé originario; *nitya*: costantemente; *vinivritta*: distaccato; *kamah*: desideri; *dvandvaih*: dalle dualità; *vimuktah*: completamente liberati; *sukha dukkha*: gioie e dolori; *samjnaib*:

compreso/ conosciuto come; *gacchanti*: vanno; *amudhab*: quelli che non sono stupidi; *padam*: posizione; *avyayam*: eterna; *tat*: quella.

"Questa posizione eterna è raggiunta da coloro che hanno vinto ed eliminato il senso di prestigio, l'illusione e i difetti dovuti all'identificazione e agli attaccamenti. Queste persone intelligenti sono sempre consapevoli del vero sé (*adhyatman*) e quindi sono completamente libere dai desideri, come anche dalle gioie e dai dolori creati dalla dualità.

15.6

*na tad bhasayate suryo na sasankab na pavakab
yad gatva na nivartante tad dhama paramam mama*

na: non; *tat*: quello; *bhasayate*: illumina; *suryab*: il sole; *na*: non; *sasankab*: la luna; *na*: non; *pavakab*: il fuoco/ l'elettricità; *yad*: dove; *gatva*: essendo andato; *na*: non; *nivartante*: tornano indietro; *tat*: quella; *dhama*: dimora; *paramam*: suprema/ trascendentale; *mama*: mia.

"Quella (posizione suprema) non è illuminata dal sole, dalla luna o dal fuoco/ elettricità. Chi raggiunge quella dimora suprema, la mia dimora, non ritorna (qui).

15.7

*mamaivamsa jiva loke jiva bhutab sanatanab
manab sastanindriyani prakriti sthani karsati*

mama: mio; *eva*: certamente; *amsab*: membro/ parte; *jiva loke*: nel mondo delle *jiva*; *jiva bhutab*: gli esseri viventi; *sanatanab*: eterni; *manab*: la mente; *sastani*: i sei; *indriyani*: i sensi; *prakriti*: nella *prakriti*; *sthani*: stabilito; *karsati*: coltiva/ attira.

"L'essere vivente in questo mondo è certamente un membro del mio (corpo), e in quanto tale è eterno. Fatica nel mondo materiale, lottando con la mente e i sensi che sono la norma qui.

15.8

*sariram yad avapnoti yac capy utkeramatisvarah
grihitvaitani samyati vayur gandhan inasayat*

sariram: il corpo; *yat*: quello; *avapnoti*: ottiene; *yat*: quello; *ca api*: e anche; *utkeramati*: abbandona; *isvarah*: il Signore; *grihitva*: accettando; *etani*: tutti questi; *samyati*: lascia; *vayub*: aria; *gandhan*: odori; *iva*: come; *asayat*: dalla loro fonte.

"Il Signore che è entrato in un corpo e ha accettato tutti questi (la mente e i sensi), lo lascia di nuovo (con essi), come l'aria trasporta gli odori.

15.9

*srotram caksub sparsanam ca rasanam ghranam
eva ca adbhithaya manas cayam visayan upasevate*

srotram: l'organo dell'udito; *caksub*: gli occhi; *sparsanam*: l'organo del tatto; *ca*: e; *rasanam*: l'organo del gusto; *ghranam*: l'organo dell'odorato; *eva*: certamente; *ca*: e; *adbhithaya*: situato in; *manah*: la mente; *ca*: e; *ayam*: lui/ lei; *visayan*: gli oggetti dei sensi; *upasevate*: serve.

"Si stabilisce (là) con la mente e gli organi di senso - udito, vista, tatto, gusto e odorato - e offre servizio agli / attraverso gli oggetti dei sensi.

15.10

*utkeramantam stbiam vapi bhunjanam va gunanvitam
vimudha nanupasanti pasyanti jnana caksushab*

utkeramantam: lasciando il corpo; *stbitam*: situato; *va*: oppure; *api*: sebbene; *bhunjanam*: sperimentando attivamente; *va*: oppure; *guna anvitam*: sotto l'influenza dei *guna*; *vimudha*: persone stupide; *na anupasanti*: sono incapaci di vedere; *pasyanti*: possono vedere; *jnana caksushab*: coloro che hanno gli occhi della conoscenza.

"Sia che lascino il corpo o che rimangano situati in esso, sia che dirigano le proprie esperienze o che seguano passivamente le influenze dei *guna*, le persone stupide sono incapaci di comprendere (la propria situazione), mentre coloro che vedono con gli occhi della conoscenza delle scritture sono capaci di comprendere.

15.11

*yatanto yoginas cainam pasyanty atmany avasthitam
yatanto 'py akritatmano nainam pasyanty acetasab*

yatantab: che si sforzano; *yoginah:* gli *yogi*; *ca:* e; *enam:* questo; *pasyanti:* vedono; *atmani:* nel sé; *avasthitam:* situato; *yatantab:* che si sforzano; *api:* sebbene; *akrita atmanab:* coloro che non hanno realizzato il Sé; *na:* non; *enam:* questo; *pasyanti:* vedono; *a cetasab:* senza consapevolezza.

"Gli *yogi* sinceri vedono questo *atman* situato (nel corpo), mentre coloro che non sono impegnati nel Sé rimangono incapaci di vedere, nonostante tutti i loro sforzi, perché non hanno la consapevolezza corretta.

15.12

*yad aditya gatam tejo jagad bhasayate 'khibilam
yac candramasi yac cagnau tat tejo viddhi mamakam*

yat: quello; *aditya gatam:* i raggi del sole; *tejab:* splendore; *jagat:* l'universo; *bhasayate:* è illuminato; *akhibilam:* intero; *yat:* che; *candramasi:* nella luna; *yat:* quello; *ca:* e; *agnau:* nel fuoco; *tat:* quello; *tejab:* splendore; *viddhi:* dovresti conoscere; *mamakam:* da me.

"Sappi che lo splendore che illumina l'universo intero, che emana dal sole e si osserva nella luna e nel fuoco, (deriva in realtà) da me.

15.13

*gam avisya ca bbutani dharayamy abam ojasa
pusnami causadbib sarvah somo bbutva rasatmakab*

gam: i pianeti; *avisya:* entrando; *ca:* e; *bhutani:* gli esseri; *dharayami:* io sostengo; *aham:* io; *ojasa:* con la mia forza; *pusnami:* dò nutrimento; *ca:* e; *ausadhib:* le erbe e le piante; *sarabh:* tutte; *somab:* la luna; *bhutva:* diventando; *rasa atmakab:* io sono il succo/ il gusto.

"Entrando nei pianeti e in tutte le cose, io le sostengo. Con la mia forza, io nutro tutte le erbe e le piante, e nella forma della luna divento il succo di ogni cosa.

15.14

*aham vaisvanaro bhutva praninam debam asritah
pranapana samayuktah pacamy annam catur-vidham*

aham: io sono; *vaisvanarah:* il fuoco (nel corpo); *bhutva:* diventando; *praninam:* di tutti gli esseri viventi; *debam:* nel corpo; *asritah:* situato; *prana apana:* *prana* e *apana*; *samayuktah:* mantenendo l'equilibrio; *pacami:* cucino/ digerisco; *annam:* il cibo; *catur vidham:* che è di quattro tipi.

"Io sono la presenza del Vaisvanara, situato nel corpo di tutti gli esseri viventi, che mantiene l'equilibrio tra *prana* e *apana* e digerisce tutti i cibi, che sono di quattro tipi.

15.15

*sarvasya caham bridhi sannivisto mattah smritir jnanam apohanam ca
vedais ca sarvair aham eva vedyo vedanta kerid veda vid eva caham*

sarvasya: di tutti; *ca:* e; *aham:* io sono; *bridhi:* nel cuore; *sannivistah:* situato; *mattah:* da me; *smritib:* memoria; *jnanam:* conoscenza; *apohanam:* dimenticanza; *ca:* e; *vedaih:* attraverso i *Veda*; *ca:* e; *sarvaih:* tutti; *aham:* io sono; *eva:* certamente; *vedyah:* io devo essere conosciuto; *vedanta kerit:* l'autore del *Vedanta*; *veda vit:* colui che conosce i *Veda*; *eva:* certamente; *ca:* e; *aham:* io sono.

"Io sono situato nel cuore di tutti/ di tutto, e da me provengono la memoria, la conoscenza e la dimenticanza. Io sono lo scopo dello studio di tutti i *Veda*. Io sono certamente il creatore del *Vedanta*, e colui che conosce i *Veda*.

15.16

*dvau imau purusau loke ksaras aksara eva ca
ksarab sarvani bhutani kuta stbo 'ksara ucyaate*

dvau: due (tipi di); *imau*: questi; *purusau*: *purusha*; *loke*: nel mondo; *ksarab*: mortali; *ca*: e; *aksara*: immortali; *eva*: certamente; *ca*: e; *ksarab*: mortali; *sarvani*: tutti; *bhutani*: esseri; *kuta stbo*: stabiliti in modo permanente; *aksara*: immortali; *ucyaate*: è detto.

"In questo mondo ci sono due tipi di *purusha*: quelli che sono mortali e quelli che sono immortali. Tutti gli esseri viventi sono chiamati mortali, e gli immortali sono coloro che hanno una posizione permanente.

15.17

*uttamah purusas tv anyah paramatmety udabritah
yo loka trayam avisyā bibharti avyaya isvarah*

uttamah: il supremo; *purusab*: *purusha*; *tu*: ma; *anyah*: un altro; *param atma*: il *paramatman*; *iti*: così; *udabritah*: è detto; *yah*: chi; *loka trayam*: i tre mondi; *avisyā*: entrando; *bibharti*: mantiene; *avyaya*: imperituro; *isvarah*: il Signore.

"Ma c'è un altro *purusha*, il Purushottama, il Signore imperituro. E' detto che sostiene i tre mondi entrando in essi.

15.18

*yasmat ksaram atito 'ham aksarad api cottamah
ato 'smi loke vede ca prathitah purusottamah*

yasmat: poiché; *ksaram*: mortale; *atitah*: oltre; *aham*: io sono; *aksarat*: dell'immortale; *api*: persino; *ca*: e; *uttamah*: superiore; *atah*: perciò; *asmi*: io sono; *loke*: nel mondo; *vede*: nei *Veda*; *ca*: e; *prathitah*: celebrato; *purusa uttamah*: il *purusha* supremo.

"Poiché io sono al di là degli esseri fallibili e infallibili, sono la Personalità suprema di Dio. Per questa ragione sono conosciuto nelle scritture vediche e tra la gente del mondo come il Purushottama.

15.19

*yo mam evam asammudho janati purusottamam
sa sarva vid bhajati mam sarva bhavena bharata*

yah: uno che; *mam*: me; *evam*: così; *asammudhab*: senza confusione; *janati*: conosce; *purusa uttamam*: il *purusha* supremo; *sah*: lui/ lei; *sarva vit*: che conosce ogni cosa; *bhajati*: adora; *mam*: me; *sarva bhavena*: in tutti i *bhava*; *bharata*: o discendente di Bharata.

"O discendente di Bharata, chi mi conosce in questo modo senza alcuna confusione come il Purushottama, sa tutto e mi adora in tutti gli esseri/ sentimenti.

15.20

*iti gubhyatamam sastram idam uktam mayanagha
etat buddhva buddhiman syat krita kridayas ca bharata*

iti: così; *gubhyatamam*: il più segreto; *sastram*: lo *shastra*; *idam*: questo; *uktam*: spiegato; *maya*: da me; *anagha*: tu che sei senza peccato; *etat*: questo; *buddhva*: comprendendo; *buddhiman*: intelligente; *syat*: diventa; *krita kridayas*: il più grande tra i successi; *ca*: e; *bharata*: o discendente di Bharata.

"O discendente di Bharata, che sei senza peccato, ho così spiegato il più grande segreto che sia contenuto in tutte le scritture. Comprendendolo, si diventa (estremamente) intelligenti e si ottiene il più grande successo.

Capitolo 16: Daivasura sampada vibhaga yoga Lo yoga del riconoscere le caratteristiche divine e demoniache

16.1

sri bhagavan uvaca

*abbayam sattva samsuddhir jnana yoga vyavasthitih
danam damas ca yajnas ca svadhyayas tapa arjavam*

sri bhagavan: Il Signore meraviglioso; *uvaca*: disse; *abbayam*: senza paura; *sattva samsuddhih*: la completa purificazione di *sattva*; *jnana yoga*: *jnana yoga*; *vyavasthitih*: la posizione specifica; *danam*: carità; *damas*: autocontrollo, controllo dei sensi; *ca*: e; *yajnas*: azione sacrificale; *ca*: e; *svadhyayah*: lo studio della scienza del sé; *tapas*: austerità; *arjavam*: semplicità.

Il Signore meraviglioso disse: "Mancanza di paura, purificazione della propria esistenza, costante applicazione della conoscenza, generosità, controllo dei propri sensi, impegno nelle attività sacre e nello studio dell'*atma vidya*, austerità e semplicità,

16.2

*ahimsa satyam akrodhas tyagah santir apaisunam
daya bhutesu aloluptvam mardavam hrir acapalam*

ahimsa: libertà dall'odio; *satyam*: veridicità; *akrodhas*: libertà dalla collera; *tyagah*: rinuncia; *santih*: tranquillità; *apaisunam*: libertà dalla malvagità; *daya*: compassione; *bhutesu*: verso (tutti) gli esseri; *aloluptvam*: libertà dall'avidità; *mardavam*: gentilezza; *hrir*: modestia; *acapalam*: determinazione.

"libertà dall'odio, veridicità, libertà dalla collera, libertà dall'odio, tranquillità, libertà dalla cattiveria, compassione verso tutte le creature, libertà dall'avidità, gentilezza, modestia e determinazione,

16.3

*tejab ksama dbritih saucam adrobo nati manita
bhavanti sampadam daivim abhijatasya bharata*

tejab: radiosità; *ksama*: capacità di perdonare; *dbritih*: coerenza; *saucam*: pulizia; *adrobah*: libertà dall'inimicizia; *na*: non; *ati manita*: aspettativa di grandi onori; *bhavanti*: diventano; *sampadam*: grandi qualità; *daivim*: divine; *abhijatasya*: di chi è nato; *bharata*: o discendente di Bharata.

"radiosità, capacità di perdonare, coerenza, pulizia, libertà dall'inimicizia, e il non aspettarsi grandi onori: queste, o discendente di Bharata, sono le caratteristiche di chi è nato con una natura divina.

16.4

*dambho darpo 'bhimanas ca krodhab parusyam eva ca
ajnanam abhijatasya partha sampadam asurim*

dambhab: ipocrisia; *darpah*: impudenza; *abhimanah*: arroganza; *ca*: e; *krodhab*: rabbia; *parusyam*: crudeltà nell'insultare; *eva*: certamente; *ca*: e; *ajnanam*: ignoranza; *ca*: e; *abhijatasya*: di chi è nato; *partha*: o figlio di Pritha; *sampadam*: caratteristiche particolari; *asurim*: natura asurica.

"O figlio di Pritha, le caratteristiche di coloro che sono nati con una natura asurica sono ipocrisia, impudenza, arroganza, rabbia, crudeltà nell'insultare, e naturalmente ignoranza.

16.5

*daivi sampad vimoksaya nibandhayasuri mata
ma sucab sampadam daivim abhijato 'si pandava*

daivi: divine; *sampad*: caratteristiche; *vimoksaya*: che portano alla completa liberazione; *nibandhaya*: che portano al completo imprigionamento; *asuri*: asurica; *mata*: sono considerati; *ma*: non; *sucab*: preoccuparti; *sampadam*: caratteristiche; *daivim*: divine; *abhijatab*: di chi è nato; *asi*: tu sei; *pandava*: o figlio di Pandu.

"Le caratteristiche divine conducono alla completa liberazione, mentre le caratteristiche asuriche causano il completo imprigionamento. Non preoccuparti, o figlio di Pandu: tu sei nato con qualità divine.

16.6

*dvau bhutasargau loke 'smin daiva asura eva ca
daivo vistarasab prokta asuram partha me srinu*

dvau: due; *bhuta*: esseri; *sargau*: (due) creazioni; *loke*: nel mondo; *asmin*: questo; *daivab*: divina; *asura*: demoniaca; *eva*: certamente; *ca*: anche; *daivab*: divina; *vistarasab*: elaboratamente; *proktab*: descritta; *asuram*: demoniaca; *partha*: o figlio di Pritha; *me*: me; *srinu*: ascolta.

"In questo mondo ci sono due (tipi di) esseri creati - quelli divini e quelli demoniaci. Ho spiegato la creazione divina. O figlio di Pritha, ascoltami: ti descriverò ora nei dettagli le caratteristiche degli *asura*.

16.7

*pravrittim ca nivrittim ca jana na vidur asurab
na saucam napi cacaro na satyam tesu vidyate*

pravrittim: impegno; *ca*: e; *nivrittim*: rinuncia; *ca*: e; *janab*: le persone; *na*: non; *vidub*: sanno; *asurab*: che sono *asura*; *na*: non; *saucam*: purezza; *na*: non; *api*: persino; *ca*: e; *acarab*: comportamento; *na*: non; *satyam*: veridicità; *tesu*: in loro; *vidyate*: è saputo (esserci).

"Gli *asura* non hanno (corretta) conoscenza sull'impegno nel dovere e sulla rinuncia. Non hanno purezza né comportamento (appropriato) o veridicità.

16.8

*asatyam apratistham te jagad abur anisvaram
aparaspasa sambhutam kim anyat kama haitukam*

asatyam: falso; *apratistham*: senza fondamento; *te*: loro; *jagat*: il mondo; *abuh*: dicono; *anisvaram*: senza Dio; *aparaspāra*: senza causa-effetto; *sambbutam*: venuto all'esistenza; *kim anyat*: che altro; *kama*: lussuria/ desiderio; *haitukam*: ragione.

"Dicono che l'universo è falso e temporaneo, che Dio non esiste e che non esiste una creazione basata su causa ed effetto. Per loro, l'unica ragione di esistenza del mondo è la semplice gratificazione dei sensi.

16.9

*etam dṛiṣṭim avastabhya nastatmano 'lpa buddhayaḥ
prabhavanti ugra karmāṇaḥ kṣayaḥ jagato 'hitam*

etam: questa; *dṛiṣṭim*: visione; *avastabhya*: accettando/ adottando; *nasta*: avendo perduto; *atmanah*: il sé; *alpa buddhayaḥ*: pochissima intelligenza; *prabhavanti*: sviluppano/ costruiscono; *ugra*: orribili; *karmāṇaḥ*: attività/ lavori/ imprese; *kṣayaḥ*: per la distruzione/ che causeranno danni; *jagataḥ*: del mondo; *ahitam*: senza beneficio.

"Poiché non sono intelligenti, accettano queste convinzioni, perdendo la consapevolezza del vero sé. (Su queste basi) sviluppano attività orribili, che causano inutilmente danni al mondo.

16.10

*kamam asṛitya duṣpuraṁ dambha māna madanvitaḥ
mohat grīhītvāśaḥ grāhaṇaṁ pravartante 'suci vrataḥ*

kamam: lussuria; *asṛitya*: prendendo rifugio; *duṣpuraṁ*: insaziabile; *dambha*: ipocrisia religiosa; *māna*: falso prestigio; *mada*: illusione; *anvitaḥ*: assorti in; *mohat*: a causa della confusione; *grīhītvā*: accettando; *asat*: non permanenti; *grāhaṇaṁ*: acquisizioni; *pravartante*: si impegnano; *asuci vrataḥ*: in voti impuri.

"Prendendo rifugio nella lussuria insaziabile, nell'ipocrisia religiosa e nel falso prestigio, immersi in convinzioni confuse e illusorie, si dedicano a imprese adharmiche, e si impegnano in voti religiosi impuri.

16.11

*cintam aparimeyam ca pralayantam upasritah
kamopabhoga parama etavad iti niscitah*

cintam: preoccupazioni; *aparimeyam*: infinite; *ca*: e; *pralaya antam*: fino alla fine; *upasritah*: avendo preso rifugio; *kama upabhoga*: godimento dei piaceri dei sensi; *parama*: il supremo (scopo della vita); *etavad*: in questo modo; *iti*: così; *niscitah*: senza dubbio.

"Certamente rimangono immersi in infinite preoccupazioni fino all'ultimo momento della loro vita, perché hanno preso rifugio nella semplice gratificazione dei sensi come lo scopo supremo della vita.

16.12

*asa pasa sataih baddhab kama krodha parayanah
ihante kama bbogartham anyayenartha sancayan*

asa: desideri; *pasa*: corde; *sataih*: da centinaia di; *baddhab*: legati; *kama*: lussuria; *krodha*: rabbia; *parayanah*: sempre concentrati su; *ihante*: desiderano; *kama bhoga*: il piacere della lussuria; *artham*: per lo scopo; *anyayena*: con qualsiasi mezzo; *artha*: ricchezza; *sancayan*: l'accumulo.

"Legati da centinaia di corde nella forma di desideri, sempre immersi in lussuria e rabbia, si sforzano di aumentare i propri desideri e a questo scopo adottano qualsiasi mezzo per accumulare ricchezze.

16.13

*idam adya maya labdham imam prapsye manoratham
idam astidam api me bhavisyati punar dhanam*

idam: questo; *adya*: oggi; *maya*: da me; *labdham*: accumulato; *imam*: questo; *prapsye*: otterrò; *manah ratham*: qualunque cosa la mente può immaginare; *idam*: questo; *asti*: c'è; *idam*: questo; *api*: anche; *me*: mio; *bhavisyati*: diventerà; *punah*: ancora; *dhanam*: ricchezza.

"Oggi ho acquisito tutto questo, e ne otterrò ancora di più, tutto quello che la mia mente desidera. Questa ricchezza è mia, e aumenterà ancora e ancora.

16.14

*asau maya batab satrur banisye caparan api
isvaro 'ham abam bhogi siddho 'ham balavan sukhi*

asau: quello; *maya*: da me; *batab*: ucciso; *satrur*: nemico; *banisye*: eliminerò; *ca*: e; *aparan*: altri; *api*: anche; *isvarab*: il Signore; *abam*: io sono; *abam*: io sono; *bhogi*: il beneficiario; *siddhab*: perfetto; *abam*: io sono; *bala van*: potente; *sukhi*: felice.

"Ho ucciso quel mio nemico e toglierò di mezzo anche gli altri. Sono il Signore e padrone (di tutto). Io godo (di tutto ciò che voglio). Sono perfetto, potente e felice.

16.15

*adhyo 'bbijanavan asmi ko 'nyo 'sti sadriso maya
yaksye dasyami modisya ity ajnana vimohitab*

adhyab: prospero; *abbijana van*: che ha molti seguaci; *asmi*: io sono; *kab*: chi; *anyab*: altri; *asti*: c'è; *sadrisab*: paragonabile; *maya*: a me; *yaksye*: celebrerò rituali; *dasyami*: darò in carità; *modisye*: sarò contento; *iti*: così; *ajnana*: dall'ignoranza; *vimohitab*: confuso.

"Confuso dall'ignoranza (pensa): ho così tanti seguaci, tanto successo, tante ricchezze. Chi potrebbe paragonarsi a me? Io celebrerò i rituali, distribuirò la carità, e sarò soddisfatto dei risultati.

16.16

*aneka citta vibhranta moba jala samavritab
prasaktab kama bhogesu patanti narake 'sucau*

aneka: molte; *citta*: preoccupazioni; *vibhranta*: tormentati; *moha jala*: da una rete di illusioni; *samavritab*: coperti; *prasaktab*: attaccati; *kama bhogesu*: nel godimento della lussuria; *patanti*: cadono; *narake*: in una condizione infernale; *asucau*: impura.

"Tormentati da innumerevoli ansietà e coperti da una rete di illusioni, (disperatamente) attaccati a godere della lussuria, cadono in una condizione infernale impura.

16.17

*atma sambhavitab stabdha dhana mana madanvitab
yajante nama yajnais te dambhenavidhi purvakam*

atma sambhavitab: egotistici; *stabdhab*: impudenti; *dhana*: ricchezza; *mana*: falso prestigio; *mada anvitab*: confusi da pazzia; *yajante*: compiono rituali; *nama yajnaib*: che sono sacrifici di nome soltanto; *te*: loro; *dambhena*: a causa dell'arroganza; *vidhi purvakam*: privi di conoscenza e delle giuste norme.

"Confusi da egoismo, impudenza, falso prestigio e (possesso di) ricchezze, celebrano rituali e sacrifici che non hanno vero valore, a causa della loro ipocrisia e ignoranza del vero scopo e delle vere norme.

16.18

*ahankaram balam darpam kamam krodham ca samsritab
mam atma para dehesu pradvisanto 'bhyasuyakab*

aham karam: io sono l'autore delle azioni; *balam*: forza; *darpam*: arroganza; *kamam*: lussuria; *krodham*: rabbia; *ca*: e; *samsritab*: stabilito; *mam*: me; *atma para dehesu*: nel loro stesso corpo e nel corpo degli altri; *pradvisantab*: odiano; *abhyasuyakab*: invidiosi.

"Prendendo rifugio nell'*ahankara*, nella forza materiale, nell'arroganza, nella lussuria e nella collera, dimostrano invidia e odio contro di me, che risiedo nel loro stesso corpo e nel corpo degli altri.

16.19

*tan abam dvisatab kruran samsaresu naradhama
ksipamy ajasram asubhan asurisu eva yonisu*

tan: loro; *abam*: io; *dvisatab*: coloro che odiano; *kruran*: crudeli; *samsaresu*: nel *samsara*; *nara adhaman*: gli esseri umani più degradati; *ksipami*: io mando; *ajasram*: per un tempo molto lungo; *asubhan*: di cattivo augurio; *asurisu*: *asurika*; *eva*: certamente; *yonisu*: in matrici.

"Queste persone piene di odio e crudeltà, le più degradate tra gli esseri umani, io le mando in una lunga prigionia nel *samsara*, per nascere in sfortunate matrici asuriche, vita dopo vita.

16.20

*asurim yonim apanna mudha janmani janmani
mam aprapyava kaunteya tato yanti adhamam gatim*

asurim: asurici; *yonim*: matrici; *apannah*: raggiunte; *mudhab*: gli sciocchi; *janmani janmani*: nascita dopo nascita; *mam*: me; *aprapya*: incapaci di avvicinare; *eva*: certamente; *kaunteya*: o figlio di Kunti; *tatab*: allora; *yanti*: vanno; *adhamam*: degradata; *gatim*: destinazione.

"O figlio di Kunti, persino dopo numerose nascite in matrici asuriche, vita dopo vita, questi sciocchi rimangono incapaci di raggiungermi, perché scivolano costantemente nella degradazione.

16.21

*tri vidham narakasyedam dvaram nasanam atmanah
kamah krodhas tatha lobhas tasmad etat trayam tyajet*

tri vidham: triplice; *narakasya*: della vita infernale; *idam*: questa; *dvaram*: porta; *nasanam*: della distruzione; *atmanah*: del sé; *kamah*: lussuria; *krodhab*: rabbia; *tatha*: e anche; *lobhab*: avidità; *tasmad*: dunque; *etat*: queste; *trayam*: tre; *tyajet*: bisognerebbe abbandonare.

"La triplice porta che conduce alla vita infernale e alla distruzione del sé consiste nella mistura di lussuria, avidità e collera. Perciò bisogna abbandonare tutte e tre queste (tendenze).

16.22

*etair vimuktab kaunteya tamo dvarais tribhir narah
acaraty atmanah sreyaḥ tato yati param gatim*

etaib: da questi; *vimuktab:* completamente liberato; *kaunteya:* o figlio di Kunti; *tamah dvaraih:* dai cancelli dell'ignoranza; *tribhib:* i tre; *narah:* un essere umano; *acarati:* compie; *atmanah:* per il sé; *sreyah:* il beneficio; *tatah:* poi; *yati:* va; *param gatim:* alla destinazione suprema.

"O figlio di Kunti, un essere umano che diventa completamente libero da questo triplice cancello di *tamas* sta agendo veramente per il proprio bene/ è impegnato nell'attività trascendentali, e raggiunge la destinazione suprema.

16.23

*yah sastra vidhim utsriya vartate kama karatah
na sa siddhim avapnoti na sukham na param gatim*

yah: uno che; *sastra vidhim:* la conoscenza degli *shastra*; *utsriya:* abbandonando; *vartate:* va; *kama karatah:* agendo per lussuria; *na:* non; *sah:* lui/ lei; *siddhim:* perfezione; *avapnoti:* otterrà; *na:* non; *sukham:* felicità; *na:* non; *param gatim:* la destinazione suprema.

"Chi trascura la conoscenza delle scritture e intraprende azioni sulla base di desideri capricciosi non raggiungerà la perfezione, la felicità o la destinazione suprema.

16.24

*tasmac chastram pramanam te karyakarya vyavasthitau
jnatva sastra vidhanoktam karma kartum ibarbasi*

tasmat: perciò; *sastram*: le scritture; *pramanam*: prova/ autorità; *te*: tuo; *karya*: ciò che deve essere fatto; *akarya*: ciò che non deve essere fatto; *vyavasthitau*: nel determinare; *jnatva*: conoscendo; *sastra vidhana*: le istruzioni delle scritture; *uktam*: (così come sono) spiegate; *karma kartum*: per compiere i doveri; *iha*: in questo mondo; *arhasi*: dovresti.

"Perciò dovresti compiere le tue attività in questo mondo secondo le direttive offerte dagli *shastra* per determinare il proprio dovere.

Capitolo 17: Sraddha traya vibhaga yoga Lo yoga della differenza tra le tre forme di fede

17.1

arjuna uvaca

*ye sastra vidhim utsrija yajante sraddhayanvitat
tesam nistha tu ka krisna sattvam abo rajas tamab*

arjunab: Arjuna; *uvaca*: disse; *ye*: quelli che; *sastra vidhim*: la conoscenza delle scritture; *utsrija*: abbandonando; *yajante*: adorano/ offrono sacrifici; *sraddhaya*: con fede sincera; *anvitab*: prendendo rifugio; *tesam*: di loro; *nistha*: la fede; *tu*: ma; *ka*: che cosa (è); *krisna*: o Krishna; *sattvam*: *sattva*; *abo*: oppure; *rajab*: *rajas*; *tamab*: *tamas*.

Arjuna disse, "Krishna, quelli che trascurano la conoscenza degli *shastra* ma si impegnano sinceramente nei rituali, prendendo rifugio in essi perché hanno fede, sono (considerati) in *sattva*, *rajas* o *tamas*?"

17.2

sri bhagavan uvaca

*tri vidha bhavati sraddha dehinam sa svabhava ja
sattviki rajasi caiva tamasi ceti tam srinu*

sri bhagavan: il Signore meraviglioso; *uvaca*: disse; *tri vidha*: di tre tipi; *bhavati*: diventa; *sraddha*: la fede; *dehinam*: delle anime incarnate; *sa*: quella; *sva bhava ja*: nata dalla propria natura; *sattviki*: *sattvika*; *rajasi*: *rajasika*; *ca*: e; *eva*: certamente; *tamasi*: *tamasika*; *ca*: e; *iti*: così; *tam*: quello; *srnu*: ascolta.

Il Signore meraviglioso disse, "Le anime incarnate possono sviluppare tre tipi di fede, a seconda della loro natura, che sia in *sattva*, *rajas* o *tamas*. Ascolta e te lo spiegherò.

17.3

*sattvanurupa sarvasya sraddha mayo 'yam puruso
yo yac chrddhab sa eva sab*

sattva anurupa: secondo l'esistenza; *sarvasya*: di tutti; *sraddha*: la fede; *bhavati*: diventa; *bharata*: o discendente di Bharata; *sraddha mayab*: costituito da quella fede; *ayam*: questo; *purushab*: il *purusha*; *yab*: chi; *yat*: che; *sraddhab*: la fede; *sab*: lui/ lei; *eva*: certamente; *sab*: lui/ lei.

"O discendente di Bharata, ciascuno sviluppa fede a seconda del suo (particolare) modo di vita. Ciascun *purusha* è categorizzato a seconda del tipo di fede.

17.4

*yajante sattvika devan yaksa raksamsi rajasab
pretan bhuta ganams canye yajante tamasa janab*

yajante: adorano; *sattvikab*: coloro che sono in *sattva*; *devan*: le Personalità di Dio; *yaksa*: gli *yaksha*; *raksamsi*: (e) i *rakshasa*; *rajasab*: coloro che sono in *rajas*; *pretan*: i fantasmi; *bhuta ganam*: i vari tipi di esseri; *ca*: e; *anye*: altri; *yajante*: offrono sacrifici; *tamasa janab*: le persone che sono in *tamas*.

"Le persone sattviche adorano le Personalità di Dio, quelli che sono influenzati da *rajas* adorano *rakshasa* e *yaksha*, e quelli che sono in *tamas* offrono sacrifici a fantasmi e altri tipi di esseri inferiori.

17.5

*asastra vibitam ghoram tapyante ye tapo janah
dambhabankara samyuktah kama raga balanvitah*

asastra: non seguendo le scritture; *vibitam*: prescritta; *ghoram*: orribile/dannosa; *tapyante*: si sottomettono; *ye*: quelli che; *tapah*: austerità; *janah*: le persone; *dambha*: orgoglio; *aham kara*: egotismo; *samyuktah*: impegnati; *kama raga bala anvitah*: costretti dalla forza di lussuria e attaccamento.

"Coloro che non seguono le direttive degli *shastra* si sottomettono a pratiche terribili, per egotismo e falsa religiosità/ ipocrisia, e si impegnano (in tali attività) sotto l'impeto di lussuria e attaccamento.

17.6

*karsayantah sarira stham bhuta gramam acetasah
mam caivantah sarira stham tan viddhy asura niscayan*

karsayantah: che causano sofferenza e danno; *sarira stham*: situato nel corpo; *bhuta gramam*: tutti gli esseri/ tutti gli elementi materiali; *acetasah*: stupidamente; *mam*: me; *ca*: e; *eva*: certamente; *antah*: dentro; *sarira stham*: che risiede nel corpo; *tan*: loro; *viddhy*: dovresti sapere; *asura*: *asura*; *niscayan*: certamente.

"Devi sapere che (quelle persone) sono senza dubbio *asura*, perché provocano stupidamente sofferenza e danno a tutti gli esseri, e anche a me, poiché io risiedo all'interno del corpo.

17.7

*abaras tv api sarvasya tri vidbah bhavati priyah
yajnas tapas tatha danam tesam bhedam imam srnu*

abarah: alimenti; *tu*: ma; *api*: anche; *sarvasya*: di tutti; *tri vidbah*: tre tipi; *bhavati*: diventa; *priyah*: desiderato; *yajnah*: sacrificio rituale; *tapah*: austerità; *tatha*: anche; *danam*: carità; *tesam*: in loro; *bhedam*: la differenza; *imam*: questa; *srnu*: ascolta.

"Anche il cibo è suddiviso in tre tipi, come sono tutte le cose desiderate (dalle persone), i sacrifici rituali, le austerità e la carità. Ascolta, ti spiego queste differenti categorie.

17.8

*ayub sattva balarogya sukha priti vivardhanah
rasyah snigdhab sthira bhr̥dyah abarah sattvika priyah*

ayub: (durata e forza di) vita; *sattva:* *sattva*; *bala:* forza; *arogya:* salute; *sukha:* felicità; *priti:* piacere; *vivardhanah:* che accrescono; *rasyah:* succosi/ dolci; *snigdhab:* grassi; *sthira:* sostanziosi; *bhr̥dyah:* soddisfacenti; *abarah:* alimenti; *sattvika priyah:* preferiti dalle persone in *sattva guna*.

"Gli alimenti preferiti dalle persone che amano *sattva* sono succosi/ dolci, grassi, sostanziosi e soddisfacenti, e accrescono piacere, felicità, salute, forza, bontà e longevità.

17.9

*katv amla lavanaty usna tiksna rukṣa vidahinab
ahara rajasasyeshta duḥkha sokamaya pradab*

katu: amaro; *amla:* acido; *lavana:* salato; *ati usna:* molto caldo; *tiksna:* pungente; *rukṣa:* secco; *vidahinab:* bruciante/ piccante; *aharah:* cibo; *rajasasya:* di chi è in *rajas*; *ista:* desiderato; *duḥkha:* sofferenza; *soka:* ansietà mentale; *amaya:* malattia; *pradah:* che dà.

"Il cibo desiderato da coloro che appartengono a *rajas* causa disagio, ansietà mentale e dolore, ed è piccante, secco, pungente, molto salato, acido e amaro.

17.10

*yata yamam gata rasam puti paryasitam ca yat
ucchistam api camedhyam bhojanam tamasa priyam*

yata yamam: raffermo; *gata rasam*: seccato; *puti*: puzzolente; *paryusitam*: decomposto; *ca*: e; *yat*: che; *ucchistam*: avanzi lasciati da altri; *api*: anche; *ca*: e; *amedhyam*: impuro; *bhojanam*: mangiare; *tamasa priyam*: preferito da coloro che sono in ignoranza.

"Gli alimenti preferiti dalle persone in *tamas* sono impuri, come gli avanzi del piatto altrui, o il cibo raffermo, disseccato, decomposto e puzzolente.

17.11

*aphalakankasibhir yajno vidhi disto ya ijjate
yastavyam eveti manah samadhaya sa sattvikah*

aphala akankasibhir: da coloro che non sono ansiosi di godere i frutti; *yajnah*: sacrificio rituale; *vidhi distah*: diretto dalla giusta conoscenza; *yah*: che; *ijjate*: viene compiuto; *yastavyam*: che va compiuto per dovere; *eva*: certamente; *iti*: così; *manah*: la mente; *samadhaya*: bene focalizzata; *sah*: chi; *sattvikah*: in *sattva guna*.

"Lo *yajna* compiuto senza aspirare ad ottenere risultati (egoistici), ma è diretto dalla giusta conoscenza, per senso di dovere, e con piena concentrazione mentale, è in *sattva*.

17.12

*abbisandhaya tu phalam dambhartham api caiva yat
ijjate bharata srestha tam yajnam vidbhi rajasam*

abbisandhaya: desiderando; *tu*: ma; *phalam*: il risultato; *dambha*: per arroganza religiosa; *artham*: per il motivo; *api*: anche; *ca*: e; *eva*: certamente; *yat*: che; *ijjate*: viene compiuto; *bharata srestha*: o migliore tra i discendenti di Bharata; *tam*: quello; *yajnam*: sacrificio; *vidbhi*: devi sapere; *rajasam*: in *rajas*.

"O migliore tra i discendenti di Bharata, sappi che il sacrificio rituale compiuto con arroganza o per ottenere risultati (egoistici e materialistici) viene classificato sotto *rajas*.

17.13

*vidbi hinam asristannam mantra hinam adaksinam
sraddha virabitam yajnam tamasam paricaksate*

vidbi hinam: senza conoscenza; *asrista annam*: senza consacrazione del cibo; *mantra hinam*: senza i *mantra* adeguati; *adaksinam*: senza offrire doni all'insegnante; *sraddha virabitam*: senza fede; *yajnam*: rituale di sacrificio; *tamasam*: in *tamas*; *paricaksate*: deve essere considerato.

"Il rituale religioso che viene eseguito senza conoscenza, senza recitare i *mantra* (appropriati), senza fede, senza cibo santificato o senza offrire doni, deve essere considerato come appartenente a *tamas*.

17.14

*deva dvija guru prajna pujanam saucam arjavam
brahmacaryam ahimsa ca sariram tapa ucyate*

deva: a Dio; *dvija*: ai nati due volte; *guru*: all'insegnante; *prajna*: a coloro che hanno saggezza e conoscenza; *pujanam*: adorazione; *saucam*: pulizia; *arjavam*: semplicità; *brahmacaryam*: astensione dalle attività basate sulla lussuria; *ahimsa*: astensione dall'odio; *ca*: e; *sariram*: del corpo; *tapa*: austerità; *ucyate*: è detto.

"E' detto che le austerità del corpo sono l'adorazione offerta a Dio, ai nati due volte, all'insegnante e alle persone che hanno saggezza e conoscenza, come anche l'osservanza di pulizia, semplicità, il funzionare sul livello trascendentale e l'astenersi dall'odio.

17.15

*anudvega karam vakyam satyam priya hitam ca yat
svadhyayabhyasanam caiva van mayam tapa ucyate*

anudvega karam: che non provoca agitazione (non necessaria); *vakyam*: discorso; *satyam*: veritiero; *priya hitam*: piacevole; *ca*: e; *yat*: che; *svadhyaya*: lo studio della scienza del sé; *abhyasanam*: pratica/ *sadhana*; *ca*: e; *eva*: certamente; *vak mayam*: riguardo al parlare; *tapa*: austerità; *ucyate*: è detto.

"E' detto che le austerità della parola sono la pratica della *sadhana* e lo studio dell'*atma vidya*, e il parlare in modo veritiero ma piacevole e sereno.

17.16

*manah prasadah saumyatvam maunam atma vinigrahah
bhava samsuddhir ity etat tapo manasam ucyate*

manah prasadah: soddisfazione mentale; *saumyatvam*: gentilezza; *maunam*: essere capaci di rimanere in silenzio; *atma vinigrahah*: controllo di sé; *bhava samsuddhib*: purificazione delle proprie emozioni; *iti*: così; *etat*: questa; *tapah*: austerità; *manasam*: della mente; *ucyate*: è detta.

"E' detto che le austerità della mente sono la purificazione delle proprie emozioni / della propria natura, il controllo di sé, la gentilezza, la serenità, e la capacità di rimanere in silenzio.

17.17

*sraddhaya paraya taptam tapas tat tri vidham narah
aphalakanksibhir yuktaih sattvikam paricaksate*

sraddhaya: con fede; *paraya*: trascendentale; *taptam*: compiuta; *tapah*: austerità; *tat*: quella; *tri vidham*: di tre tipi; *narah*: dagli esseri umani; *aphala kanksibhir*: senza desiderare risultati egoistici; *yuktaih*: impegnati; *sattvikam*: in *sattva guna*; *paricaksate*: è considerata.

"Le austerità religiose che sono compiute dagli esseri umani possono essere di tre tipi. Quelle (austerità) che non sono dirette a ottenere un risultato egoistico sono considerate sattviche.

17.18

*satkara mana pujartham tapo dambhena caiva yat
kriyate tat iba proktam rajasam calam adbruvam*

sat kara: per ammirazione; *mana*: per prestigio; *puja*: adorazione; *artham*: per lo scopo; *tapah*: austerità; *dambhena*: per vanità; *ca*: e; *eva*: certamente; *yat*: ciò

che; *kriyate*: viene fatto; *tat*: quello; *iba*: in questo mondo; *proktam*: è detto; *rajasam*: in *rajas guna*; *calam*: irrequieto; *adbruvam*: instabile.

"Le austerità compiute in questo mondo per ottenere prestigio e ammirazione, per essere adorati (da altri), o per vanità, sono considerate in *rajas* e sono instabili.

17.19

*mudha grabenatmano yat pidaya kriyate tapah
parasyotsadanartham va tat tamasam udabritam*

mudha: stupida; *grabena*: avida/ eseguita con grandi sforzi; *atmanab*: il sé; *yat*: che; *pidaya*: torturando; *kriyate*: è compiuta; *tapah*: austerità; *parasya*: degli altri; *utsadana artham*: per causare danni; *va*: oppure; *tat*: quella; *tamasam*: in *tamas guna*; *udabritam*: è detta.

"Le austerità stupide che vengono eseguite con grande sforzo, torturando sé stessi, o per causare danni ad altri, sono considerate in *tamas*.

17.20

*datavyam iti yad danam diyate 'nupakarine
dese kale ca patre ca tad danam sattvikam smritam*

datavyam: che va data per dovere; *iti*: così; *yat*: che; *danam*: carità; *diyate*: viene data; *anupakarine*: senza considerare il proprio beneficio; *dese*: nel posto giusto; *kale*: al momento giusto; *ca*: e; *patre*: alla persona giusta; *ca*: e; *tat*: quella; *danam*: carità; *sattvikam*: in *sattva guna*; *smritam*: viene ricordata.

"La carità che viene data per dovere, nel luogo giusto e nel momento giusto, alla persona adatta, senza considerare il proprio vantaggio egoistico, viene ricordata come *sattvika*.

17.21

*yat tu pratyupakarartham phalam uddisya va punah
diyate ca pariklistam tad danam rajasam smritam*

yat: che; *prati upakara*: per ottenere qualcosa in cambio; *artham*: allo scopo di; *phalam*: risultato; *uddisya*: desiderando; *va*: oppure; *punah*: di nuovo; *diyate*: viene dato; *ca*: e; *pariklistam*: senza buon sentimento; *tat*: quella; *danam*: carità; *rajasam*: in *rajas guna*; *smrtam*: viene ricordata.

"La carità compiuta con il desiderio di ottenere qualcosa in cambio, procurarsi un vantaggio materiale, o senza un sentimento favorevole, è ricordata come in *rajas*.

17.22

*adesa kale yad danam apatrebyas ca diyate
asat kiritam avajnatam tat tamasam udabritam*

adesa kale: senza considerazione per luogo e tempo; *yat*: che; *danam*: carità; *apatrebhyah*: senza considerare il beneficiario; *ca*: e; *diyate*: viene data; *asat kiritam*: senza rispetto; *avajnatam*: senza conoscenza/ consapevolezza; *tat*: quella; *tamasam*: in *tamas guna*; *udabritam*: è detta (essere).

"La carità che viene data senza la giusta considerazione di tempo, luogo e destinatario, senza rispetto o giusta conoscenza, viene considerata in *tamas*.

17.23

*om tat sad iti nirdeso brahmanas tri vidhab smritab
brahmanas tena vedas ca yajnas ca vibitab pura*

om tat sat: *om tat sat*; *iti*: così; *nirdesab*: indicazione; *brahmanab*: del *Brahman*; *tri vidhab*: tre tipi di; *smrtab*: viene ricordato/ secondo la *smrti*; *brahmanab*: coloro che conoscono il *Brahman*; *tena*: con quello; *vedab*: i *Veda*; *ca*: e; *yajnah*: sacrificio; *ca*: e; *vibitab*: prescritto; *pura*: dai tempi antichi.

"Om tat sat: queste (parole) sono ricordate come i tre riferimenti al *Brahman*. Fin dai tempi più antichi, i *brahmana* (le applicano) allo (studio dei) *Veda* e al compimento dei sacrifici rituali.

17.24

*tasmad om ity udabritya yajna dana tapah kriyah
pravartante vidhanoktah satatam brahma vadinam*

tasmad: perciò; *om*: om; *iti*: così; *udabritya*: indicando; *yajna*: nei sacrifici; *dana*: nella carità; *tapah*: nelle austerità; *kriyah*: in tutte le pratiche religiose; *pravartante*: iniziano; *vidhana uktah*: secondo le indicazioni delle scritture; *satatam*: sempre; *brahma vadinam*: di coloro che seguono il Brahman.

"Perciò coloro che seguono il Brahman secondo gli insegnamenti delle scritture iniziano sempre i loro doveri - rituali, carità, austerità eccetera - con l'om.

17.25

*tasmad om ity udabritya yajna dana tapah kriyah
pravartante vidhanoktah satatam brahma vadinam*

tat: quello; *iti*: così; *anabhisandhaya*: senza alcun egoismo; *phalam*: i risultati; *yajna tapah kriyah*: le attività di sacrificio e austerità; *dana kriyah*: le attività di carità; *ca*: e; *vividhah*: varie; *kriyante*: sono fatte; *moksa kanksibhih*: da coloro che desiderano la liberazione.

"In questo modo, coloro che desiderano la liberazione compiono le attività doverose come rituali, austerità e carità senza alcun desiderio egoistico per i loro risultati.

17.26

*sad bhava sadhu bhava ca sat ity etat prayujyate
prasaste karmani tatha sac chabdah partha yujyate*

sad bhava: nella consapevolezza spirituale; *sadhu bhava*: con il sentimento di una persona buona; *ca*: e; *sat*: sat; *iti*: così; *etat*: questo; *prayujyate*: viene impegnato; *prasaste*: in buona fede; *karmani*: le attività; *tatha*: anche; *sat sabdah*: la parola *sat*; *partha*: o figlio di Pritha; *yujyate*: è impegnata.

"O figlio di Pritha, chi si impegna sinceramente in tutti i doveri con una consapevolezza trascendentale e il sentimento di una persona buona, viene indicato da sat.

17.27

*yajne tapasi dane ca sthitih sad iti cocyate
karma caiva tad arthiyam sad ity evabhidhyate*

yajne: nei sacrifici; *tapasi*: nell'austerità; *dane*: nella carità; *ca*: e; *sthitih*: la posizione; *sat: sat*; *iti*: così; *ca*: e; *ucyate*: è detto; *karma*: azione; *ca*: e; *eva*: certamente; *tad arthiyam*: per quello scopo; *sat: sat*; *iti*: così; *eva*: certamente; *abhidhyate*: è indicato.

"E' detto inoltre che *sat* indica la caratteristica dell'azione, o lo scopo per il quale viene compiuta.

17.28

*asraddhaya hutam dattam tapas taptam kṛitam ca yat
asad ity ucyate partha na ca tat pretya no iba*

asraddhaya: senza fede; *hutam*: offerto in sacrificio; *dattam*: offerto in carità; *tapas taptam*: compiuto come austerità; *kṛitam*: azioni; *ca*: e; *yat*: che; *asad*: materiale/ temporaneo; *iti*: così; *ucyate*: è detto; *partha*: o figlio di Pritha; *na*: non; *ca*: e; *tat*: quello; *pretya*: dopo la morte; *na u*: e nemmeno; *iba*: in questa vita.

"O figlio di Pritha, qualunque azione di offerta rituale, carità o austerità venga compiuta senza fede e con coscienza materiale, rimane incapace di portare buoni risultati, dopo la morte o anche in questa vita.

Capitolo 18: Moksha yoga Lo yoga della liberazione

18.1

*arjuna uvaca
sannyasasya maha babo tattvam icchami veditum
tyagasya ca brisikesa prithak kesi nisudana*

242

arjunah uvaca: Arjuna disse; *sannyasasya*: del *sannyasa*; *maha babo*: tu che hai braccia potenti; *tattvam*: la verità; *icchami*: io desidero; *veditum*: conoscere; *tyagasya*: di *tyaga*; *ca*: e; *hrisikesa*: o Hrishikesh; *prithak*: differenza; *keshi nisudana*: uccisore di Kesi.

Arjuna disse: "Potente Krishna, Signore dei sensi, uccisore di Kesi, desidero conoscere la verità sulla differenza tra *tyaga* e *sannyasa*.

18.2

sri bhagavan uvaca
kamyam karmanam nyasam sanyasam kavayo viduh
sarva karma phala tyagam prabuh tyagam vicaksanah

sri bhagavan uvaca: il Signore meraviglioso disse; *kamyam karmanam*: le attività compiute per soddisfare qualche desiderio; *nyasam*: rinuncia; *sanyasam*: il *sannyasa*; *kavayah*: gli studiosi; *viduh*: sanno; *sarva karma phala tyagam*: la rinuncia ai frutti di tutte le azioni; *prabuh*: chiamano; *tyagam*: *tyaga*; *vicaksanah*: gli esperti.

Il Signore meraviglioso disse: "Gli studiosi sanno che il *sannyasa* consiste nel non impegnarsi nelle attività intese a soddisfare qualche desiderio personale, mentre gli esperti dicono che *tyaga* consiste nell'essere distaccati dai risultati creati da ogni tipo di azione.

18.3

tyajyam dosa vad ity eke karma prabur manisinah
yajna dana tapah karma na tyajyam iti capare

tyajyam: *tyaga*; *dosa vad*: difettosa; *iti*: così; *eke*: alcune persone; *karma*: attività; *prabuh*: dicono; *manisinah*: grandi pensatori; *yajna dana tapah karma*: i doveri che consistono in sacrificio, carità e austerità; *na*: non/ mai; *tyajyam*: devono essere abbandonati; *iti*: così; *ca*: e; *apare*: altri.

"Alcuni filosofi affermano che tutte le attività sono accompagnate da difetti e quindi devono essere abbandonate. Altri dicono che *yajna*, *dana*, *tapas* non devono mai essere abbandonati.

18.4

*niscayam srinu me tatra tyage bharata sattama
tyago hi purusa vyaghra tri vidbah samprakirtitah*

niscayam: certamente; *srinu*: ascolta; *me*: me; *tatra*: là; *tyage*: a proposito della rinuncia; *bharata sat tama*: o migliore tra i discendenti di Bharata; *tyagah*: *tyaga*; *hi*: in verità; *purusa vyaghra*: o tigre tra gli uomini; *tri vidbah*: tre tipi di; *samprakirtitah*: è dichiarato ufficialmente.

"Ascoltami, o migliore tra i discendenti di Bharata, o tigre tra gli uomini. In verità è detto che esistono tre tipi di rinuncia.

18.5

*yajna dana tapah karma natyajyam karyam eva tat
yajno danam tapas caiva pavanani manisinam*

yajna dana tapah karma: le attività di sacrificio, carità e austerità; *na*: mai; *tyajyam*: devono essere abbandonate; *karyam*: dovere; *eva*: certamente; *tat*: quello; *yajnah*: sacrificio; *danam*: carità; *tapah*: austerità; *ca*: e; *eva*: certamente; *pavanani*: che purificano; *manisinam*: persino i grandi saggi.

"I doveri che consistono in sacrificio, carità e austerità non devono mai essere abbandonati, poiché sacrificio, carità e austerità certamente purificano persino i grandi filosofi.

18.6

*etany api tu karmani sangam tyakva phalani ca
kartanyanti me partha niscitam matam uttamam*

etani: tutte queste; *api*: certamente; *tu*: ma; *karmani*: attività; *sangam*: associazione; *tyakva*: abbandonando; *phalani ca*: e i risultati; *kartanyanti*: dovrebbero essere compiute per dovere; *iti*: così; *me*: mia; *partha*: o figlio di Pritha; *niscitam*: senza alcun dubbio; *matam*: opinione; *uttamam*: la migliore.

"O figlio di Pritha, ti dico senza alcun dubbio che la cosa migliore è compiere tutte le attività sacre come doveri, abbandonando l'identificazione e i frutti di tali attività.

18.7

*niyatasya tu sannyasah karmano nopapadyate
mohat tasya parityagas tamasah parikirtitah*

niyatasya: del dovere prescritto; *tu*: ma; *sannyasah*: rinuncia; *karmanah*: le attività; *na*: mai; *upapadyate*: dovrebbe essere fatta; *mohat*: dovuta all'illusione; *tasya*: di loro; *parityagah*: abbandonando; *tamasah*: a causa di *tamas guna*; *parikirtitah*: è stato spiegato.

"Non bisognerebbe mai rinunciare alle attività del proprio giusto dovere. E' stato spiegato che chi le abbandona a causa dell'illusione si trova sotto l'influsso dell'ignoranza.

18.8

*duhkham ity eva yat karma kaya klesa bhayat tyajet
sa kritva rajasam tyagam naiva tyaga phalam labhet*

duhkham: sofferenza; *iti*: così; *eva*: certamente; *yat*: che; *karma*: lavoro; *kaya klesa*: difficoltà fisiche; *bhayat*: per paura; *tyajet*: abbandona; *sah*: lui/ lei; *kritva*: facendo; *rajasam*: sotto l'influsso di *rajas*; *tyagam*: rinuncia; *na*: non; *eva*: certamente; *tyaga phalam*: i risultati della rinuncia; *labhet*: ottiene.

"Certamente una persona che abbandona i propri doveri a causa della paura o di difficoltà fisiche o di sofferenza sta agendo sotto l'influsso di *rajas*, e non può ottenere i risultati della rinuncia.

18.9

*karyam ity eva yat karma niyatam kriyate 'rjuna
sangam tyaktva phalam caiva sa tyagah sattviko matah*

karyam: il dovere che va compiuto; *iti*: così; *eva*: certamente; *yat*: che; *karma*: lavoro/ azione; *niyatam*: prescritto; *kriyate*: viene compiuto; *arjuna*: o Arjuna; *sangam*: associazione; *tyaktva*: abbandonando; *phalam*: il risultato; *ca*: e; *eva*: certamente; *sah*: lui/ lei; *tyagah*: rinuncia; *sattvikah*: in *sattva guna*; *matah*: considerato.

"O Arjuna, bisogna certamente compiere le attività del proprio dovere prescritto, ma rinunciando al risultato (di tali attività). Questa è considerata rinuncia in *sattva*.

18.10

*na dvesti akusalam karma kusale nanushajjate
tyagi sattva samavistab medhavi chinna samsayah*

na dvesti: non odia; *akusalam*: spiacevole; *karma*: azione; *kusale*: piacevole; *na anusajjate*: non diventa attaccato; *tyagi*: una persona rinunciata; *sattva samavistab*: concentrato su *sattva*; *medhavi*: chi è intelligente; *chinna samsayah*: che ha tagliato via tutti i dubbi.

"Una persona rinunciata che è situata in *sattva* non odia ciò che è spiacevole e non si attacca a ciò che è piacevole. Con l'intelligenza supera tutti i dubbi (sul dovere).

18.11

*na hi deba bhrita sakyam tyaktum karmany asesatab
yas ty karma phala tyagi sa tyagityabhidhiyate*

na: non; *hi*: in verità; *deba bhrita*: da coloro che portano un corpo; *sakyam*: è possibile; *tyaktum*: abbandonare; *karmani*: tutte le attività; *asesatab*: senza fine; *yah*: una persona che; *tu*: ma; *karma phala tyagi*: chi rinuncia ai risultati dell'azione; *sab*: lui/ lei; *tyagi*: (veramente) rinunciato; *iti*: così; *abhidhiyate*: è detto.

"In verità per coloro che sono incarnati non è possibile abbandonare i propri doveri, che sono molti, perciò chi rimane distaccato dai risultati delle attività è considerato il vero rinunciato.

18.12

*anistam istam misram ca tri vidham karmanah phalam
bhavaty atyaginam pretya na tu sannyasinam kvacit*

anistam: non desiderabile; *istam*: desiderabile; *misram*: misto; *ca*: e; *tri vidham*: tre tipi; *karmanab*: di attività; *phalam*: risultato; *bhavati*: diventa; *atyaginam*: per coloro che non sono rinunciati; *pretya*: dopo la morte; *na*: non; *tu*: ma; *sannyasinam*: per i *sannyasi*; *kvacit*: in qualsiasi momento.

"Dopo la morte, coloro che non erano rinunciati dovranno affrontare le conseguenze delle loro attività - non desiderabili, desiderabili e miste. I *sannyasi* invece non vi sono legati.

18.13

*pancaitani maha babo karanani nibodha me
sankye kritante proktani siddhaye sarva karmanam*

panca: cinque; *etani*: queste; *maha babo*: tu che hai braccia potenti; *karanani*: le cause; *nibodha*: comprendi; *me*: da me; *sankhye*: nella scienza del *Sankhya*; *krita ante*: alla conclusione; *proktani*: descritte; *siddhaye*: per la perfezione; *sarva karmanam*: di tutte le attività.

"O potente (Arjuna), dovresti comprendere che secondo il Sankhya ci sono cinque fattori necessari per il perfezionamento di tutte le attività.

18.14

*adbisthanam tatha karta karanam ca prithag vidham
vividhas ca prithak cesta daivam caivatra pancamam*

adbisthanam: il luogo; *tatha*: similmente; *karta*: l'autore dell'azione; *karanam*: gli strumenti; *ca*: e; *prithag vidham*: di diversi tipi; *vividhas*: vari; *ca*: e; *prithak*: differenti; *cesta*: sforzo; *daivam*: destino; *ca*: e; *eva*: certamente; *atra*: qui; *pancamam*: il quinto.

"La posizione, l'autore dell'azione, gli strumenti e lo sforzo possono essere di diversi tipi. Il quinto fattore è il destino.

18.15

*sarira van manobhir yat karma prarabhate narab
nyayyam va viparitam va pancate tasya betavab*

sarira: dal corpo; *vak*: dalla parola; *manobbih*: dalle (attività o facoltà) mentali; *yat*: ciò che; *karma*: azioni; *pra arabhate*: inizia (con uno scopo); *narah*: un essere umano; *nyayyam*: appropriato; *va*: oppure; *viparitam*: altrimenti/ contrario; *va*: oppure; *panca*: cinque; *ete*: questi; *tasya*: di quello; *hetavah*: le cause.

"Qualsiasi azione buona o cattiva viene compiuta da un essere umano con il corpo, la parola o la mente, è causata da questi quattro fattori.

18.16

*tatraivam sati kartaram atmanam kevalam tu yab
pasyaty akrita buddhitvan na sa pasyati durmatih*

tatra: là; *evam*: così; *sati*: essendo; *kartaram*: di chi fa; *atmanam*: sé stesso; *kevalam*: soltanto; *tu*: ma; *yab*: lui/ lei; *pasyati*: vede; *akrita buddhitvat*: a causa di una lacuna nell'intelligenza; *na*: non; *sab*: lui/ lei; *pasyati*: vede; *durmatih*: stupido.

"Perciò chi si considera l'unica causa dell'azione è illuso, a causa di una mancanza di intelligenza.

18.17

*yasya nabankrito bhavo buddhir yasya na lipyate
hatvapi s imal lokan na hanti na nibadhyate*

yasya: del quale; *na*: non; *aham keritah*: senso di identificazione con l'azione; *bhavah*: natura/ sentimento; *buddhih*: intelligenza; *yasya*: del quale; *na*: non; *lipyate*: (è) toccato; *hatva api*: persino uccidendo; *sa*: lui/ lei; *iman*: questo; *lokan*: mondo; *na hanti*: non uccide; *na nibadhyate*: (e) non è legato (dalle reazioni).

"Chi non è toccato dall'egotismo dell'identificazione con l'azione è una person intelligente. Persino quando uccide non sta uccidendo, e non è legato (dalle reazioni).

18.18

*jnanam jneyam parijnata tri vidha karma codana
karanam karma karteti tri vidhab karma sangrabah*

jnanam: conoscenza; *jneyam*: l'oggetto della conoscenza; *pari jnata*: chi comprende; *tri vidha*: di tre tipi; *karma*: dell'azione; *codana*: lo slancio/ la motivazione; *karanam*: gli strumenti (i sensi); *karma*: l'azione; *karta*: chi agisce; *iti*: così; *tri vidhab*: tre tipi; *karma sangrabah*: i fattori/ componenti dell'azione.

"Ci sono tre fattori scatenanti per l'azione: la conoscenza, l'oggetto della conoscenza e il soggetto della conoscenza. Tre fattori sono necessari per l'azione: gli strumenti per l'azione, l'azione stessa e il soggetto dell'azione.

18.19

*jnanam karma ca karta ca tridhaiva guna bhedatah
procyate guna sankhyane yathavac chrinu tany api*

jnanam: conoscenza; *karma*: azione; *ca*: e; *karta*: colui che fa; *ca*: e; *tri dha*: di tre tipi; *eva*: certamente; *guna bhedatah*: classificati secondo i *guna*; *procyate*: è detto; *guna sankhyane*: analizzando i *guna*; *yatha vat*: così come sono; *srnu*: ascolta; *tani*: quelli; *api*: anche.

"La conoscenza, l'azione e il fattore soggettivo sono certamente categorizzati secondo i tre *guna*. Ascolta la loro descrizione secondo le qualità specifiche.

18.20

*sarva-bhutesu yenaikam bhavam anyayam iksate
avibhaktam vibhaktesu taj jnanam viddhi sattvikam*

sarva bhutesu: in tutti gli esseri; *yena*: dal quale; *ekam*: uno; *bhavam*: sentimento/ natura; *anyayam*: imperituro; *iksate*: vede; *a vibhaktam*: non diviso; *vibhaktesu*: in (tutte) le (manifestazioni) separate; *tat*: quella; *jnanam*: conoscenza; *viddhi*: dovresti sapere; *sattvikam*: in *sattva guna*.

"Dovresti sapere che la conoscenza in *sattva guna* vede l'unica esistenza imperitura in tutti gli esseri, non divisa benché manifestata in molte forme differenti.

18.21

*prithaktvena tu yaj jnanam nana bhavan prithag vidhan
vetti sarveshu bhutesu taj jnanam viddhi rajasam*

prithaktvena: a causa della distinzione; *tu*: ma; *yaj*: che; *jnanam*: conoscenza; *nana bhavan*: molte nature; *prithak vidhan*: differenti tipi; *vetti*: conosce; *sarvesu bhutesu*: in tutti gli esseri; *taj*: quella; *jnanam*: conoscenza; *viddhi*: dovresti comprendere; *rajasam*: nel *rajas guna*.

"Sappi che la conoscenza influenzata da *rajas* è la mentalità che vede diverse nature in tutti gli esseri come separati l'uno dall'altro.

18.22

*yaj tu kirtsna vad ekasmin karye saktam abaitukam
atattvartha vad alpam ca tat tamasam udabritam*

yaj: ciò che; *tu*: ma; *kirtsna vad*: come completamento; *ekasmin*: in uno; *karye*: nell'azione; *saktam*: attaccato; *abaitukam*: senza ragione; *a tattva artha vad*: che non dà il giusto valore alla realtà; *alpam*: pochissimo; *ca*: e; *tat*: quello; *tamasam*: in *tamas guna*; *udabritam*: è descritto.

"La mentalità ristretta che vede come dovere un solo metodo esclusivamente, al quale ci si attacca irrazionalmente, e che non dà la giusta importanza alla realtà, è descritta come controllata da *tamas*.

18.23

*niyatam sanga rabitam araga dvesatab kiritam
aphala prepsuna karma yat tat sattvikam ucyate*

niyatam: regolata; *sanga rabitam*: senza associazione; *araga dvesatab*: senza attaccamento o repulsione; *kiritam*: fatta; *aphala prepsuna*: senza il desiderio

egoistico di goderne i risultati; *karma*: azione; *yat*: che; *tat*: quella; *sattvikam*: in *sattva guna*; *ucyate*: è detta.

"Quell'azione che è compiuta in modo regolato, senza identificazione o affiliazione, senza attaccamento o repulsione, senza il desiderio egoistico di goderne i risultati, è descritta come appartenente a *sattva*.

18.24

*yat tu kamepsuna karma sabankarena va punah
kriyate babulayasam tad rajasam udabritam*

yat: che; *tu*: ma; *kama ipsuna*: da chi desidera godere; *karma*: azione; *sa abankarena*: con egotismo; *va*: oppure; *punah*: di nuovo; *kriyate*: è fatta; *babula ayasam*: con enormi sforzi; *tat*: quella; *rajasam*: nel *rajas guna*; *udabritam*: è detta.

"Ma l'azione che è compiuta con egotismo, con grandi sforzi, da chi vuole goderne (il risultato) è descritta come influenzata da *rajas*.

18.25

*anubandham ksayam himsam anapeksya ca paurusam
mohad arabhyate karma yat tat tamasam ucyate*

anubandham: del legame futuro/ delle conseguenze; *ksayam*: distruttivo; *himsam*: crudele; *anapeksya*: compiuto senza attenzione; *ca*: e; *paurusam*: non sanzionato dalla Divinità; *mohat*: nato dall'illusione; *arabhyate*: viene iniziato; *karma*: lavoro/ attività; *yat*: che; *tat*: quello; *tamasam*: in *tamas guna*; *ucyate*: è detto.

"Quelle attività che sono causa di legame, che sono distruttive, compiute senza cura, dettate dall'odio e inventate senza avere autentica conoscenza, nate dall'illusione, sono descritte come in *tamas*.

18.26

*mukta sango 'nabam vadi dbrity utsaha samanvitah
siddhy asiddhyor nirvikarab karta sattvika ucyate*

mukta sangah: libero da ogni associazione; *an abam vadi*: senza egotismo; *dbrity*: con determinazione; *utsaha*: con entusiasmo; *samanvitah*: provvisto di; *siddhi asiddhyob*: nel successo e nel fallimento; *nir vikarab*: senza cambiare; *karta*: colui che agisce; *sattvika*: in *sattva guna*; *ucyate*: è detto.

"Una persona che si impegna nel dovere senza attaccamento all'associazione, senza egotismo, ma piena di determinazione ed entusiasmo stabili davanti a successo o fallimento, è detta (situata) in *sattva guna*.

18.27

*ragi karma phala prepsur lubdho himsatmakeo 'sucib
barsa sokanvitah karta rajasab parikirtitah*

ragi: molto attaccato; *karma phala*: i risultati dell'azione; *prepsub*: desiderando intensamente; *lubdbah*: avido; *himsa atmakab*: di natura crudele; *asucib*: impuro; *barsa soka anvitah*: caratterizzato da gioie e dolori; *karta*: colui che fa; *rajasab*: in *rajas guna*; *parikirtitah*: è dichiarato.

"Una persona che agisce per attaccamento per i risultati del suo lavoro, spinta da un intenso desiderio e dall'avidità, distratta da euforia e tristezza, che non ha pulizia o compassione, viene descritta come uno che lavora in *rajas*.

18.28

*ayuktab prakritah stabdbah satho naiskritiko 'lasab
visadi dirgha sutri ca karta tamasa ucyate*

ayuktab: non impegnato/ senza collegamento (con lo *yoga* o le scritture); *prakritah*: materialistico; *stabdbah*: ostinato; *sathab*: ingannatore; *naiskritikab*: distruttivo; *alasalab*: pigro; *visadi*: triste; *dirgha sutri*: che rimanda sempre; *ca*: e; *karta*: uno che fa; *tamasa*: in *tamas guna*; *ucyate*: è detto.

"Una persona che agisce in *tamas guna* non è impegnata (in attività utile), è materialista, testarda, bugiarda, pigra, triste e rimanda sempre (gli impegni).

18.29

*buddheb bhedam dbrites caiva gunatas tri vidham srinu
procyamanam asesena prithaktvena dhananjaya*

buddheb: dell'intelligenza; *bhedam*: la differenza; *dbriteb*: della determinazione; *ca*: e; *eva*: certamente; *gunatab*: a seconda dei *guna*; *tri vidham*: tre tipi di; *srinu*: ascolta; *pra ucyamanam*: come sono descritti; *asesena*: in molti modi; *prithaktvena*: differenti; *dhananjaya*: o Dhananjaya.

"O Dhananjaya, ci sono anche tre tipi di intelligenza e determinazione, a seconda dei *guna*. Ascolta, te li descrivo.

18.30

*pravrittim ca nivrittim ca karyakarye bhayabhaye
bandham moksam ca ya vetti buddhib sa partha sattviki*

pravrittim: impegno; *ca*: e; *nivrittim*: rinuncia; *ca*: e; *karya akarye*: ciò che deve essere fatto e ciò che non deve essere fatto; *bhaya abhaye*: ciò che bisogna temere e ciò che non bisogna temere; *bandham*: imprigionamento; *moksam*: liberazione; *ca*: e; *yah*: quello; *vetti*: chi conosce; *buddhib*: intelligenza; *sah*: quello; *partha*: o figlio di Pritha; *sattviki*: in *sattva guna*.

"O figlio di Pritha, l'intelligenza *sattvika* è quando si sa cosa deve essere accettato e cosa deve essere rifiutato, quali azioni vanno compiute e quali non devono essere compiute, ciò che si deve temere e ciò che non si deve temere, ciò che porta la liberazione e ciò che porta imprigionamento.

18.31

*yaya dbarmam adbarmam ca karyam cakaryam eva ca
ayathavat prajanati buddhib sa partha rajasi*

253

yaya: per la quale; *dharmam adharmam ca*: *dharma* e *adharma*; *karyam ca akaryam*: ciò che deve essere fatto e ciò che non deve essere fatto; *eva*: certamente; *ca*: e; *ayatha vat*: non chiaramente; *prajanati*: che comprende; *buddhib*: intelligenza; *sab*: quella; *partha*: o figlio di Pritha; *rajasi*: in *rajas guna*.

"O figlio di Pritha, il tipo di intelligenza che non comprende chiaramente qual è la differenza tra *dharma* e *adharma*, o cosa va fatto e cosa non va fatto, è controllato da *rajas*.

18.32

*adharmam dharmam iti ya manyate tamasavrita
sarvarthan viparitams ca buddhib sa partha tamasi*

adharmam dharmam: *adharma* (come) *dharma*; *iti*: così; *yab*: che; *manyate*: considera; *tamasa avrita*: coperto dall'ignoranza; *sarva arthan*: in tutti i valori/ tutte le imprese; *viparitan*: nella direzione sbagliata; *ca*: e; *buddhib*: intelligenza; *sab*: quella; *partha*: o figlio di Pritha; *tamasi*: in *tamas guna*.

"O figlio di Pritha, il tipo di intelligenza influenzata da *tamas* crede che *adharma* sia *dharma*, e poiché è coperto dalle tenebre sceglie sempre la direzione sbagliata in ogni impresa.

18.33

*dhritya yaya dharayate manah pranendriya kriyah
yogenavyabbicarinya dhritih sa partha sattviki*

dhritya: determinazione; *yaya*: per la quale; *dharayate*: che sostiene; *manah prana indriya kriyah*: le attività della mente, del *prana* e dei sensi; *yogena*: attraverso la pratica dello *yoga*; *avyabbicarinya*: senza interruzione; *dhritih*: determinazione; *sab*: quella; *partha*: o figlio di Pritha; *sattviki*: in *sattva guna*.

"O figlio di Pritha, la determinazione *sattvica* è ciò che sostiene le doverose attività di mente, *prana* e sensi attraverso la pratica ininterrotta dello *yoga*.

18.34

*yaya tu dharmā karmarthan dbritya dharayate 'rjuna
prasāngena phalākāṅksi dbṛitib sa partha rajasi*

yaya: dalla quale; *tu*: ma; *dharmā karmarthan*: *dharmā*, *karmā* e *artha*; *dbritya*: la determinazione; *dharayate*: che sostiene; *arjuna*: o Arjuna; *pra sāngena*: a causa dell'attaccamento; *phalākāṅksi*: chi desidera i risultati (delle azioni); *dbṛitib*: determinazione; *sah*: quella; *partha*: o figlio di Pritha; *rajasi*: in *rajas guṇa*.

"O figlio di Pritha, quella determinazione che sostiene *dharmā*, *karmā* e *artha* a causa del desiderio per i loro benefici viene (prodotta) da *rajas guṇa*.

18.35

*yaya svapnam bhayam sokam visadam madam eva ca
na vimuncati durmedha dbṛitib sa partha tamasi*

yaya: per la quale; *svapnam*: sogni; *bhayam*: paura; *sokam*: lamento; *visadam*: negatività; *madam*: pazzia; *eva*: certamente; *ca*: e; *na*: non; *vimuncati*: si abbandona; *durmedha*: stupida; *dbṛitib*: determinazione; *sa*: quella; *partha*: o figlio di Pritha; *tamasi*: in *tamas guṇa*.

"O figlio di Pritha, la determinazione che è in *tamas guṇa* è caratterizzata dalla stupidità e non riesce ad andare oltre i sogni, la paura, il lamento, la tristezza e l'illusione.

18.36

*sukham tv idanim tri vidham sṛṇu me bharatarsabha
abhyasad ramate yatra dukhantam ca nigacchati*

sukham: felicità; *tu*: ma; *idanim*: adesso; *tri vidham*: tre tipi di; *sṛṇu me*: ascolta da me; *bharata rshabha*: o migliore tra i discendenti di Bharata; *abhyasat*: con la pratica; *ramate*: si gode; *yatra*: dove; *dukhā antam*: la fine delle sofferenze; *ca*: e; *nigacchati*: si raggiunge.

"O migliore tra i discendenti di Bharata, ci sono tre diversi tipi di felicità. Ora ascolta da me come praticandone una si può ottenere il piacere e mettere fine alle sofferenze.

18.37

*yat tad agre visam iva pariname 'mritopamam
tat sukham sattvikam proktam atma buddhi prasada jam*

yat: ciò che; *tat*: quello; *agre*: all'inizio; *visam iva*: come veleno; *pariname*: alla fine; *amrita*: nettare; *upamam*: simile a; *tat*: quello; *sukham*: felicità; *sattvikam*: in *sattva guna*; *proktam*: è descritta; *atma buddhi*: la comprensione del sé; *prasada jam*: che deriva dalla soddisfazione.

"La felicità che sembra veleno all'inizio ma è nettare alla fine viene descritta come di natura sattvica e nasce dalla comprensione del sé e dalla soddisfazione della mente.

18.38

*visayendriya samyogad yat tat agre 'mritopamam
pariname visam iva tat sukham rajasam smritam*

visaya: gli oggetti dei sensi; *indriya*: (e) i sensi; *samyogat*: dall'unione; *yat*: ciò; *tat*: che; *agre*: all'inizio; *amrita upamam*: paragonabile al nettare; *pariname*: alla fine; *visam iva*: come il veleno; *tat*: quella; *sukham*: felicità; *rajasam*: in *rajas guna*; *smritam*: è ricordata.

"Quella felicità che deriva dal contatto dei sensi con gli oggetti dei sensi è come nettare all'inizio e come veleno alla fine, ed è descritta come proveniente dal *rajas guna*.

18.39

*yad agre canubandhe ca sukham mobhanam atmanah
nidralasya pramadottham tat tamasam udahrtam*

yat: ciò che; *agre*: all'inizio; *ca*: e; *anubandhe*: nelle conseguenze future; *ca*: e; *sukham*: la felicità; *mohanam*: illusoria; *atmanab*: riguardo a sé; *nidra*: sonno; *alasya*: pigrizia; *pramada*: pazzia; *uttham*: sorta da; *tat*: quella; *tamasam*: in *tamas guna*; *udabritam*: è detta.

"Quella felicità che si basa sull'identificazione illusoria dall'inizio alla fine, e nasce da sonno, pigrizia e pazzia, è detta originata da *tamas guna*.

18.40

*na tad asti prithivyam va divi devesu va punah
sattvam prakriti jair muktam yad ebhiv syat tribhir gunaih*

na: non; *tat*: quello; *asti*: c'è; *prithivyam*: sulla terra; *va*: oppure; *divi*: nel cielo; *devesu*: tra i *deva*; *va*: oppure; *punah*: di nuovo; *sattvam*: esistenza; *prakriti jaih*: nati dalla natura; *muktam*: libero; *yat*: che; *ebhiv*: da questi; *syat*: ci sarà; *tribhir gunaih*: dai tre *guna*.

"Né su questa terra né nei cieli tra i Deva l'esistenza può essere libera dall'influenza di questi tre *guna*, che sono generati dalla natura.

18.41

*brahmana ksatriya visam sudranam ca parantapa
karmani pravibhaktani svabhava prabhavair gunaih*

brahmana: dei *brahmana*; *ksatriya*: degli *kshatriya*; *visam*: dei *vaisya*; *sudranam*: dei *sudra*; *ca*: e; *parantapa*: o Parantapa; *karmani*: le attività; *pra vibhaktani*: sono categorizzate; *sva bhava*: per la loro natura individuale; *pra bhavaih*: prodotta da; *gunaih*: i *guna*.

"I doveri di *brahmana*, *kshatriya*, *vaisya* e *sudra* sono categorizzati secondo la loro natura specifica prodotta dai *guna*.

18.42

*samo damas tapah saucam ksantir arjavam eva ca
jnanam vijnanam astikyam brahma karma svabhava jam*

samah: controllo della mente; *damah*: controllo dei sensi; *tapah*: controllo del corpo; *saucam*: pulizia; *ksantih*: tolleranza; *arjavam*: semplicità; *eva*: certamente; *ca*: e; *jnanam*: conoscenza teorica; *vijnanam*: conoscenza applicata; *astikyam*: fede nell'autorità dei *Veda*; *brahma karma*: le attività del *brahmana*; *svabhava jam*: nati dalla sua natura specifica.

"Le attività (e doveri) del *brahmana*, determinate dalla sua particolare natura, sono il controllo della propria mente, dei propri sensi e del proprio corpo, la pulizia, la tolleranza, la semplicità, la conoscenza teorica e pratica, e il vivere secondo gli insegnamenti dei *Veda*.

18.43

*sauryam tejo dhritir dakṣyam yuddhe capy apalayanam
danam isvara bhavas ca ksatram karma svabhava jam*

sauryam: eroismo; *tejab*: carisma; *dhritih*: determinazione; *dakṣyam*: abilità; *yuddhe*: in battaglia; *ca*: e; *api*: anche; *apalayanam*: stabilità; *danam*: carità; *isvara bhavah*: senso di leadership; *ca*: e; *ksatram*: dello *kshatriya*; *karma*: attività e doveri; *svabhava jam*: nati dalla sua specifica natura.

"Le attività (e i doveri) dello *kshatriya*, determinate dalla sua particolare natura, sono l'eroismo, il carisma, la determinazione, l'inventiva, la fermezza in battaglia, la carità e il senso di leadership.

18.44

*krishi go rakṣya vanijyam vaiśya karma svabhava jam
paricaryatmakam karma sudrasyapi svabhava jam*

krishi: agricoltura; *go rakṣya*: protezione delle mucche/ del pianeta; *vanijyam*: commercio; *vaiśya karma*: le attività (doveri) del *vaiśya*; *svabhava jam*: nate dalla sua specifica natura; *paricarya*: servizio/ assistenza; *atmakam*: che consiste di; *karma*: attività/ doveri; *sudrasya*: del *sudra*; *api*: anche; *svabhava jam*: nate dalla sua natura specifica.

"Le attività (i doveri) del *vaiśya*, determinate dalla sua particolare natura, sono l'agricoltura, la protezione delle mucche/ del pianeta, e

il commercio. Le attività (i doveri) del *sudra*, determinate dalla sua particolare natura, sono il servizio/ l'assistenza (agli altri).

18.45

*sve sve karmany abhiratah samsiddhim labhate narah
sva karma niratah siddhim yatha vindati tac chrinu*

sve sve: ciascuno secondo la propria natura; *karmani*: attività; *abhi ratah*: seguendo; *sam siddhim*: perfezione completa; *labhate*: ottiene; *narah*: un essere umano; *sva karma*: nel proprio dovere specifico; *niratah*: impegnato; *siddhim*: perfezione; *yatha*: come; *vindati*: raggiunge; *tac*: quello; *srinu*: ascolta.

"Impegnandosi nei doveri relativi alla sua natura specifica, un essere umano gradualmente ottiene la perfezione. Ora ascolta come si può raggiungere la perfezione impegnandosi nei propri doveri specifici.

18.46

*yatah pravrittir bhutanam yena sarvam idam tatam
sva karmana tam abhyaraya siddhim vindati manavah*

yatah: dal quale; *pravrittib*: la creazione/ l'impegno; *bhutanam*: degli esseri; *yena*: da lui; *sarvam idam*: tutto questo (universo); *tatam*: è pervaso; *sva karmana*: con le proprie attività; *tam*: quello; *abhyaraya*: adorando; *siddhim*: la perfezione; *vindati*: raggiunge; *manavah*: un essere umano.

"Compiendo adeguatamente i propri doveri si adora il Supremo, che crea e impegna tutti gli esseri/ tutte le situazioni, e che pervade l'universo intero. Questo è il modo in cui un essere umano può raggiungere la perfezione.

18.47

*sreyan sva dharmo vigunah para dharmat sv anushtitat
svabhava niyatam karma kurvan napnoti kilbisam*

sreyan: meglio; *sva dharmah*: il proprio dovere specifico; *vigunah*: non perfetto; *para dharmat*: piuttosto che il dovere di qualcun altro; *su anusthitat*: seguito perfettamente; *sva bhava niyatam*: prescritto secondo la propria natura specifica; *karma*: attività; *kurvan*: compiendo; *na apnoti*: non si ottiene; *kilbisam*: difetto.

"E' meglio impegnarsi nel proprio dovere specifico, anche se in modo imperfetto, piuttosto che eseguire i doveri di altri in modo perfetto. I doveri di ciascuno sono prescritti secondo la natura specifica individuale, e impegnarsi in essi è la cosa giusta da fare.

18.48

*saba jam karma kaunteya sa dosam api na tyajet
sarvarambha hi dosena dhumenagnir ivavritah*

saba jam: nato insieme; *karma*: l'insieme delle attività; *kaunteya*: o figlio di Kunti; *sa dosam*: insieme a qualche difetto; *api*: sebbene; *na tyajet*: non bisogna abbandonare; *sarva arambha*: tutte le imprese; *hi*: in verità; *dosena*: con qualche difetto; *dhumena*: dal fumo; *agnih*: fuoco; *iva*: similmente; *avritah*: coperto.

"O figlio di Kunti, non bisognerebbe abbandonare i doveri relativi alla propria natura congenita, anche se sembrano imperfetti, perché tutte le attività sono necessariamente macchiate da qualche difetto, proprio come il fuoco è coperto dal fumo.

18.49

*asakta buddhib sarvatra jitatma vigata sprihah
naiskarmya siddhim paramam sannyasenadbigacchati*

asakta buddhib: con un'intelligenza distaccata; *sarvatra*: in tutte le circostanze; *jita atma*: con il controllo di sé; *vigata sprihah*: avendo abbandonato l'attaccamento per il contatto; *naiskarmya siddhim*: la perfezione del *naiskarma*; *paramam*: suprema; *sannyasena*: la rinuncia; *adbigacchati*: si raggiunge.

"Si raggiunge la perfezione suprema del *naiskarma* attraverso il *sannyasa*, che è l'intelligenza distaccata applicata a tutte le

circostanze, e (anche) stabilendosi nell'autocontrollo e abbandonando le associazioni.

18.50

*siddhim prapto yatha brahma tathapnoti nibodha me
samasevaiva kaunteya nistha jnanasya ya para*

siddhim: perfezione; *praptah*: raggiunta; *yatha*: similmente; *brahma*: Brahman; *tatha*: anche; *apnoti*: ottiene; *nibodha*: dovresti comprendere; *me*: da me; *samaseva*: in breve; *eva*: certamente; *kaunteya*: o figlio di Kunti; *nistha*: posizione stabilita; *jnanasya*: della conoscenza; *ya*: che; *para*: suprema/trascendentale.

"O figlio di Kunti, dovresti comprendere da me che quando tale perfezione è raggiunta, si raggiunge il Brahman. In breve, questa realizzazione è la conoscenza suprema.

18.51

*buddhya visuddhaya yukto dhrityatmanam niyamya ca
sabdadin visayams tyaktva raga dvesau vyudasya ca*

buddhya: con intelligenza; *visuddhaya*: completamente purificata; *yukta*: impegnata; *dhritya*: con determinazione; *atmanam*: il sé; *niyamya*: regolando; *ca*: e; *sabda adin*: a cominciare dal suono; *visayan*: gli oggetti dei sensi; *tyaktva*: abbandonando; *raga dvesau*: sia attrazione che repulsione; *vyudasya*: mettendo da parte; *ca*: e.

"Impegnandosi con determinazione e un'intelligenza completamente purificata, seguendo il metodo prescritto, e lasciando andare tutti gli oggetti dei sensi a cominciare dal suono, e anche attrazione e repulsione,

18.52

*vivikto sevi laghv asi yata vak kaya manasah
dhyana yoga paro nityam vairagyam samupasritah*

vivikta sevi: vivendo da solo in un luogo tranquillo; *laghu asi*: mangiando con moderazione e cibi leggeri; *yata*: avendo controllato; *vak*: la parola; *kaya*: il corpo; *manasah*: (e) la mente; *dhyana yoga*: nel *dhyana yoga*; *parah*: dedicato a; *nityam*: costantemente; *vairagyam*: rinuncia; *samupasritah*: avendo preso rifugio.

"vivendo da solo/ in un luogo isolato, mangiando con moderazione, controllando la parola, il corpo e la mente, prendendo rifugio nella rinuncia, e costantemente immerso nella meditazione,

18.53

*ahankaram balam darpam kamam krodham parigraham
vimucya nirmamah santo brahma bhuyaya kalpate*

aham karam: io sono quello che fa; *balam*: forza; *darpam*: orgoglio; *kamam*: lussuria; *krodham*: rabbia; *parigraham*: cercare doni/ favori; *vimucya*: completamente libero; *nir mamah*: senza la mania di possesso o appartenenza; *santah*: pacifico; *brahma bhuyaya*: il livello del *Brahman*; *kalpate*: desidera.

"completamente libero da *ahankara*, dall'orgoglio per la propria forza, dalla lussuria, dalla rabbia e dall'aspettativa di onori, liberi da *mamatva* e pacifico: i desideri (di questa persona) sono sul livello del *Brahman*.

18.54

*brahma bhutah prasannatma na socati na kanksati
samah sarvesu bhutesu mad bhaktim labhate param*

brahma bhutah: lo stato del *Brahman*; *prasanna atma*: soddisfatto nel sé; *na socati*: non si lamenta; *na kanksati*: non desidera ardentemente; *samah sarvesu bhutesu*: equanime verso tutti gli esseri/ tutte le esistenze; *mad bhaktim*: *bhakti* verso di me; *labhate*: ottiene; *param*: spirituale/ trascendentale.

"Chi è stabilito nella posizione del *Brahman* è soddisfatto nel sé: non si lamenta e non aspira (a nulla), è ugualmente disposto verso tutti gli esseri e ottiene la devozione trascendentale verso di me.

18.55

*bhaktya mam abhijanati yavan yas casmi tattvatab
tato mam tattvato jnatva visate tad anantaram*

bhaktya: attraverso la *bhakti*; *mam*: me; *abhijanati*: si può comprendere; *yavan*: per quanto; *yah ca asmi*: così come io sono; *tattvatab*: in verità; *tatab*: allora; *mam*: me; *tattvatab*: in verità; *jnatva*: conoscendo; *visate*: entra; *tat*: quello; *anantaram*: eternamente/ senza fine/ costantemente.

"Attraverso la *bhakti* si può comprendermi come veramente sono. Conoscendo questo *tattva*, si entra infine (in me).

18.56

*sarva karmany api sada kurvano mad vyapasrayah
mat prasada avapnoti sasvatam padam avyayam*

sarva karmani: tutte le attività; *api*: sebbene; *sada*: sempre; *kurvanah*: compiendo; *mad vyapasrayah*: sotto la mia protezione; *mat prasadat*: per la mia benedizione; *avapnoti*: raggiunge; *sasvatam*: eterna; *padam*: la posizione; *avyayam*: imperitura.

"Mentre ancora compie tutte le attività dei suoi doveri prescritti, una persona raggiunge la posizione eterna e imperitura per la mia benedizione e sotto la mia protezione.

18.57

*cetasa sarva karmani mayi sannyasya mat parab
buddhi yogam upasritya mac cittab satatam bhava*

cetasa: con la consapevolezza; *sarva karmani*: tutte le attività; *mayi*: a me; *sannyasya*: rinunciando; *mat parab*: dedicata a me; *buddhi yogam*: nel *buddhi yoga*; *upasritya*: prendendo rifugio; *mac cittab*: nella mia coscienza; *satatam*: sempre; *bhava*: diventa.

"Rinunciando a tutte le attività nella tua coscienza, dedicati pienamente a me, prendendo rifugio nel *buddhi yoga*, e diventa la mia coscienza in modo permanente.

18.58

*mac cittah sarva durgani mat prasadat tarisyasi
atba cet tvam abankaran na srosyasi vinankasyasi*

mat cittah: nella mia coscienza; *sarva durgani*: tutte le difficoltà; *mat prasadat*: per la mia grazia; *tarisyasi*: attraverserai; *atba*: ma; *cet*: se; *tvam*: tu; *abankarat*: a causa dell'egotismo; *na srosyasi*: non ascolterai; *vinankasyasi*: sarai perduto.

"Nella mia coscienza, per la mia grazia, attraverserai ogni difficoltà. Ma se scegli di non ascoltare, a causa dell'egotismo, sarai perduto.

18.59

*yad abankaram asritya na yotsya iti manyase
mithyaishya vyavasayas te prakritis tvam niyoksyati*

yat: se; *abankaram*: per egotismo; *asritya*: prendendo rifugio; *na yotsya*: non combatterai; *iti manyase*: pensando così; *mithya esab*: tutto questo è falso; *vyavasayah*: con determinazione; *te*: tua; *prakritih*: natura; *tvam*: te; *niyoksyati*: costringerà a impegnarti.

"Se a causa dell'egotismo pensi, 'non combatterò', la tua sarà una decisione falsa, perché la tua stessa natura ti costringerà a impegnarti.

18.60

*svabhava jena kaunteya nibaddbah svena karmana
kartum necchasi yan mohat karisyasy avaso 'pi tat*

sva bhava jena: da quella (attività) nata dalla (tua) natura specifica; *kaunteya*: o figlio di Kunti; *nibaddbah*: legato; *svena*: dai tuoi particolari; *karmana*: doveri; *kartum*: compiere; *na icchasi*: non desideri; *yat*: ciò che; *mohat*: a causa dell'illusione; *karisyasi*: compirai; *avasah*: involontariamente; *api*: persino; *tat*: quello.

"O figlio di Kunti, tu sei legato a quelle particolari attività che sono create dalla tua stessa natura. Anche se a causa dell'illusione non desideri compiere questo dovere, ti ritroverai ad agire in quel modo, istintivamente.

18.61

*isvarah sarva bhutanam hrid dese 'rjuna tisthati
bhrامayan sarva bhutani yantrarudhani mayaya*

isvarah: il Signore; *sarva bhutanam*: di tutti gli esseri; *hrid dese*: nel luogo del cuore; *arjuna*: o Arjuna; *tisthati*: risiede; *bhrامayan*: che si muovono attorno; *sarva bhutani*: tutti gli esseri; *yantra*: su un macchinario; *arudhani*: posti; *mayaya*: sotto il potere dell'illusione.

"O Arjuna, il Signore di tutti gli esseri risiede nel cuore (di tutti gli esseri) e tutti gli esseri si muovono ciascuno nella propria posizione elevata come parti di un meccanismo sotto il potere di Maya.

18.62

*tam eva saranam gaccha sarva bhavena bharata
tat prasadat param santim sthanam prapsyasi sasvatam*

tam: a lui; *eva*: certamente; *saranam gaccha*: vai a prendere rifugio; *sarva bhavena*: in tutti i *bhava*; *bharata*: o discendente di Bharata; *tat prasadat*: per la sua grazia; *param santim*: la pace suprema; *sthanam*: posizione; *prapsyasi*: raggiungerai; *sasvatam*: eterna.

"O discendente di Bharata, dovresti avvicinarlo e prendere rifugio in lui in ogni circostanza. Per la sua grazia, raggiungerai la posizione imperitura della pace suprema.

18.63

*iti te jnanam akhyatam gubhyad gubhyataram maya
vimrisyaitad asesena yathecchasi tatha kuru*

iti: così; *te*: a te; *jnanam*: la conoscenza; *akhyatam*: descritta; *gubhyat*: più che segreta; *gubhyataram*: la più segreta; *maya*: da me; *vimrisya*: riflettendo; *etat*: questa; *asesena*: completamente; *yathecchasi*: come preferisci; *tatha*: quello; *kuru*: compi.

"In questo modo ti ho descritto il supremo tra tutti i grandi segreti. Ora riflettici attentamente, e poi fa' come desideri.

18.64

*sarva guhyatamam bhyah srinu me paramam vacah
ishto 'si me dridham iti tato vaksyami te hitam*

sarva guhya tamam: la più segreta di tutte (conoscenza); *bhyah*: di nuovo; *srinu*: ascolta; *me*: da me; *paramam vacah*: l'istruzione suprema; *ishta asi*: tu sei caro; *me*: a me; *dridham*: estremamente; *iti*: così; *tatah*: perciò; *vaksyami*: io sto dicendo; *te hitam*: per il tuo bene.

"Ascolta nuovamente da me il segreto più grande di tutti, l'istruzione suprema. Tu mi sei molto caro, e questo è il motivo per cui parlo per il tuo bene.

18.65

*mat mana bhava mad bhakto mad yaji mam namaskuru
mam evaisyasi satyam te pratijane priyo 'si me*

mat manah: pensa a me; *bhava*: diventa; *mat bhaktah*: mio devoto; *mat yaji*: mio adoratore; *mam namaskuru*: offrì il tuo rispetto a me; *mam*: a me; *eva*: certamente; *esyasi*: verrai; *satyam*: in verità; *te*: a te; *pratijane*: come promessa; *priyah*: amato; *asi me*: tu sei per me.

"Focalizza la tua mente su di me, diventa mio devoto, adorami e offrìmi rispetto, e certamente verrai a me. Te lo prometto in verità, perché mi sei molto caro.

18.66

*sarva dharman parityajya mam ekam saranam vraja
aham tvam sarva papebhyo moksayisyami ma sucab*

sarva dharman: tutti i doveri; *parityajya*: lasciandoti dietro; *mam ekam*: soltanto a me; *saranam vraja*: vieni a rifugiarti; *aham*: io; *tvam*: te; *sarva papebhyah*: da ogni colpa; *moksayisyami*: io libererò; *ma sucab*: non ti preoccupare.

"Lasciandoti dietro tutte le differenze riguardo ai doveri, prendi rifugio in me soltanto. Non ti preoccupare, io ti libererò da ogni colpa.

18.67

*idam te natapaskaya nabbaktaya kadacana
na casusrusave vacyam na ca mam yo 'bhyasuyati*

idam: questo; *te*: te; *na*: non; *atapaskaya*: a una persona che non è austera; *na*: non; *abbaktaya*: a chi non è un devoto; *kadacana*: mai; *na*: non; *ca*: e; *susrusave*: a qualcuno che non è interessato ad ascoltare; *vacyam*: deve essere insegnato; *na ca*: e nemmeno; *mam*: di me; *yah*: uno chi; *abhyasuyati*: è invidioso.

"Questo (segreto) non dovrebbe mai essere rivelato a una persona che non ha devozione o austerità. Non dovrebbe essere trasmesso a una persona che non è interessata ad ascoltare o che è ostile verso di me.

18.68

*ya idam paramam guhyam mad bhaktesu abhidhasyati
bhaktim mayi param kritva mam evaisyaty asamsayab*

yah: una persona che; *idam*: questo; *paramam guhyam*: segreto supremo; *mat bhaktesu*: ai miei devoti; *abhidhasyati*: spiega; *bhaktim*: la devozione; *mayi*: a me; *param*: suprema; *kritva*: facendo; *mam*: me; *eva*: certamente; *esyati*: viene; *asamsayab*: senza alcun dubbio.

"Chi spiega questo segreto supremo ai miei devoti sta svolgendo il servizio devozionale supremo e mi raggiungerà certamente. Non c'è dubbio.

18.69

*na ca tasman manusyesu kascin me priya krittamah
bhavita na ca me tasmad anyab priyatara bhuvī*

na: non; *ca*: e; *tasmat*: di lui/ lei; *manusyesu*: tra tutti gli esseri umani; *kascit*: chiunque; *me*: a me; *priya krit mah*: più caro; *bhavita*: diventerà; *na*: non; *ca*: e; *me*: a me; *tasmat*: di lui/ lei; *anyab*: altro; *priya tarah*: più caro; *bhuvī*: in questo mondo.

"Tra tutti gli esseri umani nessuno mi è più caro, e nessun altro mai mi sarà più caro in questo mondo.

18.70

*adhyesyate ca ya imam dbarmyam samvadam avayob
jnana-yajnena tenaham istab syam iti me matih*

adhyesyate: studia; *ca*: e; *yab*: una persona che; *imam*: questa; *dbarmyam*: sul *dharma*; *samvadam*: conversazione; *avayob*: nostra; *jnana yajnena*: attraverso l'azione sacra della conoscenza; *tena*: da lui/ lei; *aham*: io sono; *istab*: adorato; *syam*: sarò; *iti*: così; *me*: mia; *matih*: opinione.

"Una persona che studia questa nostra conversazione sul *dharma* mi adora attraverso la celebrazione della conoscenza. Questa è la mia opinione.

18.71

*sraddhavan anasuyas ca srinuyat api yo narab
so 'pi muktab subhal lokan prapnuyat punya karmanam*

sraddha van: una persona che ha fede; *anasuyab*: che non è invidiosa; *ca*: e; *srinuyat*: ascolterà; *api*: certamente; *yab*: chi; *narab*: un essere umano; *sab*: lui/ lei; *api*: anche; *muktab*: un essere liberato; *subhan lokan*: i pianeti di buon augurio; *prapnuyat*: raggiunge; *punya karmanam*: di coloro che hanno compiuto azioni meritevoli.

"Qualsiasi essere umano ascolti (questa discussione) con fede, libero da invidia e ostilità, diventerà liberato e raggiungerà i pianeti fortunati di coloro che hanno compiuti azioni meritevoli.

18.72

*kaccid etac chrutam partha tvayaikagrena cetasa
kaccid ajnana sammohah pranastas te dhananjaya*

kaccit: se; *etat*: questo; *srutam*: (che hai) ascoltato; *partha*: o figlio di Pritha; *tvaya*: da te; *eka agrena*: con piena concentrazione; *cetasa*: di consapevolezza;

kaccit: se; *ajnana*: ignoranza; *sammohab*: confusione; *pranastab*: distrutta; *te*: di te; *dbhananjaya*: o Dhananjaya.

"O Partha, hai ascoltato tutto questo con piena concentrazione di consapevolezza? O Dhananjaya, la tua confusione (dovuta all') ignoranza è stata distrutta?"

18.73

arjuna uvaca

*nasto mohab smritir labdha tvat prasadan mayacyuta
stbito 'smi gata sandehab karisyte vacanam tava*

arjunab uvaca: Arjuna disse; *nastab*: distrutta; *mohab*: confusione; *smritih*: memoria; *labdha*: ritrovata; *tvat prasadat*: per la tua grazia; *maya*: mia; *acyuta*: o Acyuta; *stbitab*: fermamente stabilito; *asmi*: io sono; *gata*: andati; *sandehab*: i dubbi; *karisyte*: io farò; *vacanam*: istruzioni; *tava*: tue.

Arjuna disse: "O Acyuta, per la tua benedizione la mia confusione è stata distrutta e ho ritrovato la memoria. Sono fermamente stabilito (nella visione della realtà) e i dubbi sono superati. Seguirò le tue istruzioni."

18.74

sanjaya uvaca

*ity abam vasudevasya parthasya ca mabatmanab
samvadam imam asrausam adbbutam roma barsanam*

sanjayab uvaca: Sanjaya disse; *iti*: così; *abam*: io; *vasudevasya*: del figlio di Vasudeva; *parthasya*: del figlio di Pritha; *ca*: e; *mabatmanab*: la grande anima; *samvadam*: la conversazione; *imam*: questa; *asrausam*: che ho ascoltato; *adbbutam*: meravigliosa; *roma barsanam*: da far rizzare i capelli.

Sanjaya disse: "Ho così ascoltato questa conversazione tra Vasudeva e Arjuna, la grande anima. E' tanto meravigliosa che mi si rizzano i capelli."

18.75

*vyasa prasadaḥ śrūṭavan eṭad guhyam abam param
yogam yogesvarat kṛṣṇat saksat kathayataḥ svayam*

vyasa prasadat: per la grazia di Vyasa; *śrūṭavan:* uno che ascolta; *eṭad:* questo; *guhyam:* segreto; *abam:* io; *param:* supremo/ trascendentale; *yogam:* yoga; *yoga isvarat:* dal Signore dello yoga; *kṛṣṇat:* da Krishna; *saksat:* direttamente; *kathayataḥ:* che parlava; *svayam:* personalmente.

"Per la grazia di Vyasa ho potuto ascoltare questo supremo segreto trascendentale dello yoga direttamente dalle parole pronunciate personalmente da Krishna, il Signore dello yoga.

18.76

*rajan samsmṛitya samsmṛitya samvadam imam adbhutam
kesavarjunayoh puṇyam hṛisyami ca muhur muhur*

rajan: o re; *samsmṛitya samsmṛitya:* ricordando ancora e ancora; *samvadam:* la conversazione; *imam:* questa; *adbhutam:* meravigliosa; *kesava arjunayoh:* di Kesava e Arjuna; *puṇyam:* meritoria; *hṛisyami:* provo una grande gioia; *ca:* e; *muhur muhur:* ancora.

"O re, ogni volta che penso a questa straordinaria conversazione sacra tra Kesava e Arjuna, provo una grande gioia.

18.77

*tat ca samsmṛitya samsmṛitya rūpam aty adbhutam hareḥ
vismayaḥ me mahan rajan hṛisyamu ca punaḥ punaḥ*

tat: quello; *ca:* e; *samsmṛitya samsmṛitya:* ricordando ancora e ancora; *rūpam:* la forma; *aty adbhutam:* molto meravigliosa; *hareḥ:* di Hari; *vismayaḥ:* stupefazione; *me:* mia; *mahan:* grande; *rajan:* re; *hṛisyami:* sono pieno di gioia; *ca:* e; *punaḥ punaḥ:* ancora e ancora.

"O grande re, pensando costantemente alla meravigliosa forma di Hari, sento ondate di gioia e di sorpresa, ancora e ancora.

*yatra yogesvarah krsno yatra partho dhanur dharah
tatra srir vijayo bbutir dbruva nitir matir mama*

yatra: dove; *yoga isvarah*: il Signore dello *yoga*; *krsnah*: Krishna; *yatra*: dove; *parthah*: il figlio di Pritha; *dhanur dharah*: che porta l'arco; *tatra*: là; *srih*: prosperità; *vijayah*: vittoria; *bbutih*: gloria; *dbruva*: certa/ permanente; *nitih*: moralità; *matih*: opinione; *mama*: mia.

"Dovunque ci siano Krishna, il Signore dello *yoga*, e Arjuna il grande arciere, ci saranno prosperità, vittoria, gloria, determinazione e moralità. Questa è la mia opinione.

om tat sat

Altre pubblicazioni del Jagannatha Vallabha Vedic Research Center:

- * *Bhagavad gita: il Dharma globale per il Terzo Millennio*, edizione completa con spiegazioni e testo sanscrito *devanagari*, con Appendici
- * *Introduzione alla conoscenza vedica*, volumi 1-4
- * *Puri, la casa di Jagannatha* (volumi 1-12)
- * *Prasnottara Ratna Malika*, di Adi Shankara
- * *La vita e gli insegnamenti di Krishna Chaitanya*, volumi 1-7
- * *Vegetarianesimo etico* (volumi 1-8)
- * *Il Dharma globale per il Terzo Millennio*
- * *Trasforma la tua vita in 30 giorni con il Suci Vrata*
- * *Viaggio karmico: reintegrare le vite precedenti*
- * *Il vero significato dello Yoga*
- * *Bhagavata Purana* (versione abbreviata)
- * *I gioielli del Bhagatava Purana* (volumi 1-18)
- * *Le 108 Upanishad*
- * *India, caste e pregiudizio di nascita*
- * *Manuale per la Puja*, volumi 1-3
- * *Storia delle religioni*
- * *Vedanta sutra*