



ПЕРЕСКАЗ И ПРАКТИЧЕСКИЙ СМЫСЛ

# Бхагавад-гита простым языком



Восемнадцать глав древнего  
разговора — понятными словами и с  
уроками для сегодняшней жизни

Иван Космо

# **Бхагавад-гита простым языком**

«Автор»

2026

## **Космо И.**

Бхагавад-гита простым языком / И. Космо — «Автор», 2026

Бхагавад-гита — один из самых известных духовных текстов в мире. Это разговор воина Арджуны с Кришной на поле битвы: в решающий момент у героя опускаются руки, и мудрый друг помогает ему снова встать и действовать. В этой книге все 18 глав пересказаны простым современным языком, без сложных терминов и тяжёлых комментариев. После каждой главы — разбор, что она значит для нас сегодня: как работать и не выгорать, как справляться с гневом и тревогой, как не цепляться за результат. В каждой главе есть одно простое упражнение, а в конце — словарик индийских слов. Книга для тех, кто давно хотел прочитать Гиту, но не знал, с чего начать.

© Космо И., 2026

© Автор, 2026

## Содержание

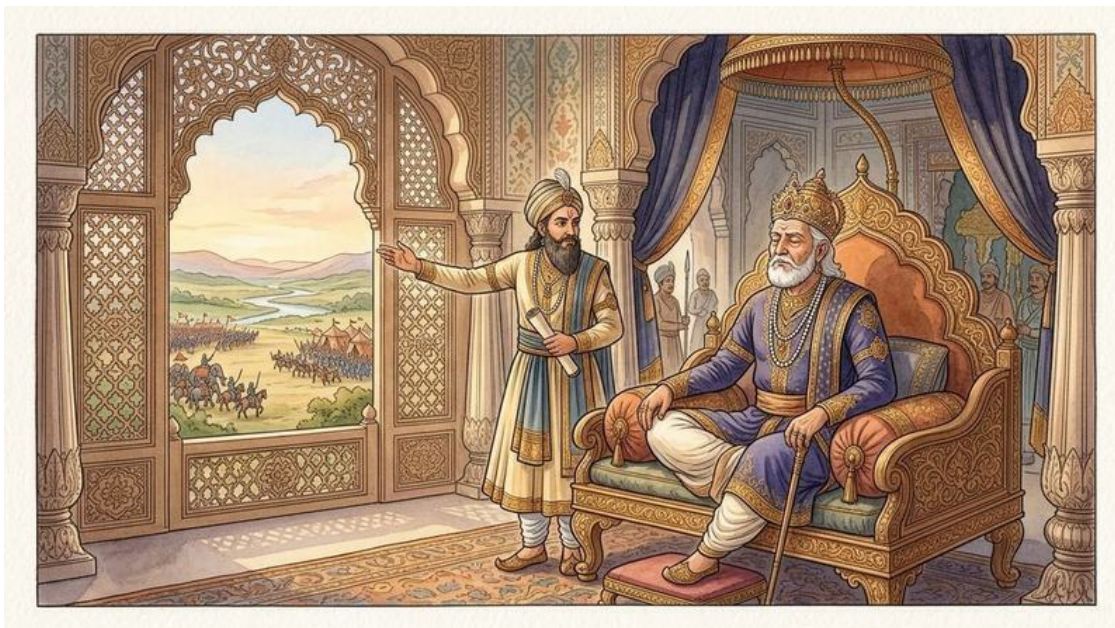
|                                   |   |
|-----------------------------------|---|
| ВступлениеО чём эта книга         | 5 |
| Часть перваяДействие              | 7 |
| Глава перваяКогда опускаются руки | 7 |
| Конец ознакомительного фрагмента. | 8 |

# Иван Космо

## Бхагавад-гита простым языком

*Восемнадцать глав древнего разговора — понятными словами и с уроками для сегодняшней жизни*

### Вступление О чём эта книга



*Советник Санджая рассказывает слепому царю, что происходит на поле битвы.*

**Бхагавад-гита — это разговор человека, у которого опустились руки, с мудрым другом, который помогает ему снова встать и действовать.** В оригинале это 700 стихов на санскрите, 18 глав. Здесь каждая глава пересказана простым языком, а после пересказа — разбор, что она даёт нам сегодня: на работе, в семье, в отношениях с собой.

### Откуда этот текст

Гита — часть огромной индийской поэмы «Махабхарата». Её сложили больше двух тысяч лет назад; точную дату учёные называют по-разному. Название переводится как «Песнь Бога» или «Божественная песнь».

Сюжет поэмы — спор двух ветвей одной царской семьи. Пять братьев Пандавов и сто братьев Кауравов — двоюродные родственники. Кауравы обманом отняли у Пандавов царство, все попытки договориться провалились, и дело дошло до войны.

### Главные герои

- **Арджуна** — один из братьев Пандавов, лучший лучник своего времени. Смелый, честный, но в начале книги — в полном смятении.

- **Кришна**— его друг и родственник, который на этой войне согласился быть просто его колесничим. В индийской традиции Кришну почитают как воплощение Бога.
- **Дхритараштра**— слепой царь, отец Кауравов. Именно он задаёт вопрос, с которого всё начинается.
- **Санджая**— советник царя, наделённый даром видеть происходящее на расстоянии. Он пересказывает царю всё, что слышит на поле боя. Вся Гита — это его рассказ.

## Как устроена книга

Традиционно Гиту делят на три части по шесть глав. Это удобная карта для чтения.

### Главы 1–6

*О чём:действие*

*Главный вопрос:как поступать правильно и не сгореть*

### Главы 7–12

*О чём:преданность*

*Главный вопрос:что стоит за миром и как с этим связаться*

### Главы 13–18

*О чём:знание*

*Главный вопрос:кто я на самом деле и как устроена моя природа*

## Как читать эту книгу

Можно читать Гиту как священный текст, как философию или как книгу по психологии. Этот пересказ делает упор на практическое: что из сказанного можно применить в обычной жизни. Многие читатели, например Махатма Ганди, видели в битве метафору внутренней борьбы — с ленью, страхом, жадностью.

При этом мы не убираем из текста Бога и духовную сторону — без них Гита перестаёт быть собой. Где у разных школ разные толкования, это отмечено. Индийские слова объяснены в словарики в конце книги.

Совет: не спешите. Одной главы на вечер вполне достаточно. Лучше прочитать раздел «Что это значит для нас» и подумать о нём день-два, чем пробежать всю книгу за выходные.

## Часть первая Действие

### Глава первая Когда опускаются руки

*Даже самый сильный человек может сломаться перед трудным выбором — и это начало пути, а не его конец.*



*Лук выскальзывает из рук: лучший воин не может сделать шаг.*

#### Что происходит

Слепой царь Дхритараштра спрашивает советника Санджаю: что там делают мои сыновья и сыновья моего брата на поле Курукшетра? Санджая начинает рассказ. Две огромные армии стоят друг против друга, трубят боевые раковины, все готовы к бою.

Арджуна просит Кришну: «Выведи колесницу между войсками, я хочу посмотреть, с кем мне сражаться». Кришна ставит колесницу посередине. И Арджуна видит в рядах противника не врагов, а родных: дедушку Бхишму, своего учителя Дрону, дядей, двоюродных братьев, друзей детства.

## **Конец ознакомительного фрагмента.**

Текст предоставлен ООО «Литрес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на Литрес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.