TEXTOS SAGRADOS

# La Bhagavad Gita para yoguis

*Los 18 capítulos resumidos, 80 versos clave en sánscrito con nuestra propia traducción, y los cuatro yogas de la acción, el conocimiento, la devoción y la meditación*



गीता

*gītā*

YOGIDE

Extracto gratuito

# Índice


Antes de empezar 3

- Qué texto sánscrito usamos 3
- Cómo pronunciar 4
- Cómo usar este libro 4

Capítulo 1. La Gita en su mundo 5

- La historia que rodea el diálogo 5
- ¿Cuándo se compuso? 5
- Los grandes comentarios 5


Para uso personal de quien lo compra; no se permite compartirlo ni revenderlo. Este libro informa y no sustituye a un profesor cualificado ni a un consejo médico. Preguntas: administration@lacangel.fr

# Antes de empezar

La Bhagavad Gītā (भगवद्गीता), «el Canto del Señor», es un diálogo de 700 versos entre el guerrero Arjuna y su auriga Kṛṣṇa, en un campo de batalla, unos momentos antes de una guerra. Es probablemente el texto espiritual más leído de la India. Gandhi la llamaba su «madre»; se recita en los templos, en los funerales, en las escuelas y en los ashrams; y en Rishikesh oirá cantar sus versos en los ghats al amanecer.

Para un yogui, la Gita importa por una razón concreta: es el texto que amplió el sentido de la palabra yoga. En los Yoga Sutras, el yoga es el aquietamiento de la mente. En la Gita, el yoga es también la acción sin apego (karma yoga), el camino del conocimiento (jñāna yoga), el camino del amor y la devoción (bhakti yoga) y la disciplina de la meditación (dhyāna yoga). Cada uno de sus dieciocho capítulos termina con un colofón que lo nombra como un «yoga». Cuando los maestros de la India hablan de «los cuatro caminos del yoga», se inspiran en gran parte en la Gita.

Este libro está escrito para practicantes. Le ofrece:

1. **El contexto**: dónde se sitúa la Gita dentro del Mahābhārata, quién habla y cómo se ha leído a lo largo de los siglos.
2. **Los cuatro yogas de la Gita**, explicados con claridad, con los términos sánscritos clave.
3. **Los dieciocho capítulos resumidos**, uno a uno, en el orden del texto.
4. **Ochenta versos clave** en devanāgarī, en transliteración IAST y en nuestra propia traducción, cada uno seguido de una breve nota para la práctica.
5. **Un plan de lectura y práctica de 30 días**, un resumen en una página, un glosario y las fuentes.

> **Sobre las traducciones.**
>
> Todas las traducciones de este libro se han escrito para Yogide directamente a partir del sánscrito. Ninguna está copiada ni adaptada de una traducción moderna publicada. Cuando mencionamos versiones inglesas antiguas para comparar (Kashinath Trimbak Telang, 1882; Edwin Arnold, 1885), son de dominio público.

## Qué texto sánscrito usamos

La Gita forma los capítulos 23 a 40 del Bhīṣmaparvan, el sexto libro del Mahābhārata. Seguimos el texto de la edición crítica del Mahābhārata preparada en el Bhandarkar Oriental Research Institute de Poona, tal como lo ofrece en formato electrónico GRETIL (Göttingen Register of Electronic Texts in Indian Languages), y lo hemos comparado con el texto tradicional de la «vulgata», también en GRETIL. Para los versos citados aquí, los dos coinciden, salvo convenciones ortográficas. La numeración de los versos es la de la edición crítica (700 versos). Muchas ediciones populares, y el propio archivo de la vulgata en GRETIL, añaden una pregunta de Arjuna al comienzo del capítulo 13 (prakṛtiṃ puruṣaṃ caiva…), lo que da 701 versos; seguimos la edición crítica, que no la incluye. En esas ediciones, sume uno a nuestros números de verso solo en el capítulo 13: nuestro 13.1 es su 13.2, nuestro 13.7 es su 13.8. Todos los demás capítulos tienen la

misma numeración.

El devanāgarī de este libro se generó a partir de la transliteración y se ha revisado verso por verso.

## Cómo pronunciar

| Letra | Suena más o menos como | Ejemplo |
|---|---|---|
| a | una a breve y apagada, como la u del inglés but | Gītā = «guii-taa» (la ā final es larga) |
| ā, ī, ū | largas: «aa», «ii», «uu» | Kṛṣṇa, jīva |
| c | ch como en «chico» | citta |
| ś, ṣ | sh inglesa | Śiva, Kṛṣṇa |
| ṛ | una ri breve | Kṛṣṇa = «krish-na» |
| ḥ | un soplo ligero que repite la vocal | namaḥ = «na-ma-ha» |
| ṃ | nasaliza la vocal | saṃsāra |
| aspiradas (bh, dh, th…) | consonante + soplo de aire | bhakti = «b-hak-ti» |

## Cómo usar este libro

- **Para entender el conjunto**: lea los capítulos 1 y 2 de este libro y después los dieciocho resúmenes seguidos.
- **Para estudiar**: lea un capítulo de la Gita al día con sus versos clave; el plan de 30 días del capítulo 22 lo organiza por usted.
- **Para practicar**: cada verso tiene una nota «para la práctica». Elija un verso por semana y viva con él.

# Capítulo 1. La Gita en su mundo

## La historia que rodea el diálogo

El Mahābhārata es una de las dos grandes epopeyas sánscritas, junto con el Rāmāyaṇa. Cuenta el conflicto entre dos ramas de una familia real: los cinco hermanos Pāṇḍava (Yudhiṣṭhira, Bhīma, Arjuna, Nakula y Sahadeva) y sus cien primos, los Kaurava, guiados por Duryodhana, hijo del rey ciego Dhṛtarāṣṭra. Tras años de injusticia, de exilio y de negociaciones fallidas, los dos ejércitos se enfrentan en la llanura de Kurukṣetra.

Kṛṣṇa, príncipe de los Yādava, primo y amigo de los Pāṇḍava, se ha negado a combatir, pero ha aceptado conducir el carro de Arjuna. Justo antes de la batalla, Arjuna le pide que sitúe el carro entre los dos ejércitos. Ve maestros, abuelos, primos y amigos en las filas contrarias, y se derrumba. La Gita es la respuesta de Kṛṣṇa.

Todo el diálogo lo relata Sañjaya, el ministro de Dhṛtarāṣṭra, a quien el sabio Vyāsa ha dado la vista divina para que pueda contar al rey ciego lo que ocurre. Por eso el texto empieza con una pregunta de Dhṛtarāṣṭra y termina con un verso de Sañjaya.

## ¿Cuándo se compuso?

El Mahābhārata creció a lo largo de varios siglos. La mayoría de los especialistas sitúan la composición de la Gita aproximadamente entre el siglo II antes de nuestra era y el siglo II de nuestra era, aunque las estimaciones varían. La tradición atribuye la epopeya, y por tanto la Gita, al sabio Vyāsa.

## Los grandes comentarios

| Comentarista | Fecha aproximada | Escuela | Lectura de la Gita |
|---|---|---|---|
| Śaṅkara (Ādi Śaṅkarācārya) | siglo VIII | Advaita Vedānta (no dualismo) | la meta es el conocimiento del sí mismo como idéntico a Brahman; la acción prepara la mente |
| Rāmānuja | siglos XI–XII | Viśiṣṭādvaita (no dualismo cualificado) | la devoción y la entrega a un Dios personal son la culminación |
| Madhva | siglo XIII | Dvaita (dualismo) | el alma y Dios son eternamente distintos; la devoción es el camino |
| Jñāneśvar | 1290 | comentario en verso en marathi (Jñāneśvarī) | una lectura poética, devocional y yóguica en una lengua vernácula |

En la época moderna, Bal Gangadhar Tilak (Gītā Rahasya, 1915) la leyó como una llamada a la acción; Mahatma Gandhi la leyó como una guía para el servicio desinteresado y para una no violencia entendida interiormente; Sri Aurobindo y Swami Sivananda, entre muchos otros, escribieron comentarios

influyentes. Charles Wilkins publicó la primera traducción inglesa en 1785.

> **¿Es la Gita una llamada a la guerra?**
>
> La pregunta se plantea desde hace siglos. Los comentaristas tradicionales leen la batalla como el marco de una enseñanza sobre el deber; Gandhi leía Kurukṣetra como la batalla dentro del corazón humano. Este libro no zanja el debate. Se centra en lo que la Gita enseña al practicante: cómo actuar, conocer, amar y meditar.

# Fin del extracto

Gracias por leer hasta aquí. Esperamos que estas primeras páginas ya acompañen su práctica y que muestren cómo está construido el resto del libro: pasos claros, textos citados con su fuente, nada inventado.

**El libro completo tiene 52 páginas.**

Consígalo aquí: https://yogide.com/

Pago único, PDF al instante.