TEXTOS SAGRADOS

Bhakti yoga: los Narada Bhakti Sutras y la práctica de la devoción

Los 84 sūtras de Nārada en sánscrito con nuestra traducción, el capítulo 12 de la Gita, las nueve formas de devoción, el japa, el kirtan, una pūjā sencilla en casa y veintiún días de práctica



भक्ति

bhakti

YOGIDE

Extracto gratuito

Índice

Antes de empezar 3

Cómo se numeran los textos 4

Cómo usar este libro 4

Capítulo 1. Bhakti: compartir, amar 5

La palabra 5

La primera gran frase 5

De la Gita a los poetas 5

La bhakti y los otros yogas 6

Practicar: un minuto de ofrenda 6

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

Al anochecer, en la orilla este del Ganges en Rishikesh, una multitud se reúne en los escalones de un ghat. Familias de Delhi, sādhus vestidos de azafrán, estudiantes en su primer viaje a la India, algunas personas que no saben muy bien por qué han venido. Se enciende un fuego, empieza un himno, se alzan lámparas de muchas mechas que giran en círculos lentos hacia el río. Algunos cantan, otros lloran, otros solo miran. Cuando la llama se acerca a la multitud, las manos pasan sobre ella y tocan los ojos. Nadie le pregunta en qué cree.

Esto es la bhakti: la devoción, el amor vuelto hacia lo divino, expresado en el canto, en la ofrenda, en el nombre repetido. Es una de las formas de vida religiosa más extendidas en la India, y la Bhagavad Gita la llama un yoga.

Este libro hace cinco cosas.

Primero, dice lo que significa bhakti y de dónde viene la palabra: las Upaniṣads, la Gita, el gran Purāṇa de la devoción, los poetas.

Segundo, da el Nārada Bhakti Sūtra completo, el breve clásico de la devoción: 84 sūtras, cada uno en devanāgarī, en transliteración y en nuestra propia traducción, agrupados por temas, con notas. Decimos con honestidad qué edición seguimos y dónde difieren las ediciones.

Tercero, da una práctica: las nueve formas de devoción del Bhāgavata Purāṇa, la repetición del nombre (japa), el canto en común (kīrtana), una ofrenda sencilla en casa (pūjā) paso a paso, y un programa de veintiún días.

Cuarto, cuenta la vida de tres grandes devotos (Mirabai, Tulsidas, Chaitanya) solo con datos fechados, y describe el aarti de la tarde a orillas del Ganges tal como lo publican los propios lugares.

Quinto, plantea las preguntas honestas que debería hacerse una persona no hindú: ¿en qué puedo participar, qué debo dejar, qué es respeto y qué es apropiación?

> **Sobre las traducciones.**
>
> Todas las traducciones de versos y sūtras sánscritos de este libro se escribieron para Yogide a partir del sánscrito. No están copiadas ni adaptadas de ninguna traducción moderna publicada. El texto sánscrito del Nārada Bhakti Sūtra sigue la edición impresa de Nandlal Sinha (segunda edición, 1917), comprobada sūtra por sūtra en la página escaneada (capítulo 3); de ella tomamos solo el sánscrito, nunca su traducción.

> **Devoción y bienestar.**
>
> La bhakti no exige ningún esfuerzo físico. Solo dos precauciones. Las prácticas con llamas e incienso en casa requieren el cuidado habitual: un soporte estable, nada inflamable cerca, nunca sin vigilancia, una ventana abierta si tiene asma. Y la emoción religiosa intensa, las vigilias largas o el ayuno no son para

todo el mundo: si vive con un trastorno psiquiátrico, o si una práctica le deja asustado, sin dormir o desconectado de las personas que le rodean, pare y hable con su médico o con alguien de confianza. En caso de emergencia: 112 (España, Unión Europea, India), 911 (México, Estados Unidos, Canadá).

Cómo se numeran los textos

- **Nārada Bhakti Sūtra (NBS)**: 84 sūtras, numerados de forma continua, como en la edición de Nandlal Sinha (The Bhakti Sutras of Narada, Sacred Books of the Hindus, vol. VII, Allahabad, Pāṇini Office, primera edición 1911, segunda edición 1917) y en la mayoría de las ediciones impresas. Muchas ediciones los dividen además en cinco capítulos (1-24, 25-33, 34-50, 51-66, 67-84); algunas traducciones modernas ordenan los mismos 84 sūtras de otra manera. Mantenemos la numeración continua.
- **Bhagavad Gītā (BG)**: edición crítica del Bhandarkar Oriental Research Institute (BORI), texto electrónico de GRETIL. Para los versos citados aquí, la numeración es la misma que en las ediciones populares.
- **Bhāgavata Purāṇa (BhP)**: texto de GRETIL, numerado por libro, capítulo y verso (7.5.23).
- **Śvetāśvatara Upaniṣad**: texto de GRETIL (6.23).
- **Versos de Chaitanya**: texto de GRETIL de la antología Padyāvalī compilada por Rūpa Gosvāmin, con la referencia correspondiente en el Caitanya-caritāmṛta (3.20).

Cómo usar este libro

Lea primero los capítulos 1 y 2: dan el marco. Lea los sūtras (capítulos 3 a 6) despacio, unos pocos al día; son breves a propósito, y un sūtra está hecho para recordarse y darle vueltas en la mente. Empiece la práctica (capítulos 7 a 10) cuando quiera: la forma más sencilla, un nombre repetido con atención, no necesita nada. Lea el capítulo 13 antes de participar en un ritual en la India o en un templo cercano.

Este libro no repite nuestra La Bhagavad Gita para yoguis, que da toda la Gita capítulo a capítulo, ni nuestro Los mantras sagrados: texto, sentido, sonido, que da los mantras, sus fuentes y el método completo del japa con un mala. Cuando los necesite, se lo diremos.

Capítulo 1. Bhakti: compartir, amar

La palabra

Bhakti (भक्ति) viene de la raíz verbal bhaj (भज्), que significa compartir, dividir, recibir la propia parte, y de ahí pertenecer a, estar consagrado a, honrar, amar. La misma raíz da bhakta (भक्त), el devoto, y bhagavat (भगवत्), «el que tiene la parte, la fortuna», el Señor. La bhakti, por tanto, no es ante todo un sentimiento. Es una relación: pertenecer a, tomar parte en.

La palabra bhajana (भजन), de la misma raíz, designa el canto devocional, y el verbo bhajate, «adora, ama», recorre toda la Gita. Cuando Kṛṣṇa dice ye bhajanti tu māṃ bhaktyā, «pero los que me adoran con devoción» (BG 9.29), el verbo y el sustantivo salen de la misma semilla.

La primera gran frase

La palabra aparece con todo su sentido espiritual al final de una de las Upaniṣads, en un verso que todavía se cita al comienzo de muchos libros de devoción:

Śvetāśvatara Upaniṣad 6.23

यस्य देवे परा भक्तिर्यथा देवे तथा गुरौ । तस्यैते कथिता ह्यर्थाः प्रकाशन्ते महात्मनः ॥

yasya deve parā bhaktir yathā deve tathā gurau / tasyaite kathitā hy arthāḥ prakāśante mahātmanaḥ

Traducción. Para el alma grande que tiene una devoción suprema a Dios, y como a Dios, también al maestro: para ella brillan los sentidos aquí enseñados. (Nuestra traducción.)

Dos ideas están ya ahí. La devoción es una condición del entendimiento: la enseñanza solo «brilla» para quien ama. Y la devoción a lo divino pasa por una relación humana, el maestro.

De la Gita a los poetas

La Gita es el primer gran texto que llama a la devoción un yoga, bhakti-yoga, junto al yoga de la acción y el yoga del conocimiento (capítulo 2). El Bhāgavata Purāṇa, compuesto en sánscrito, atribuido tradicionalmente a Vyāsa, texto central de las tradiciones vaiṣṇavas, hace de la devoción a Kṛṣṇa su tema a lo largo de doce libros (capítulo 7).

Después, la devoción sale del sánscrito. A partir del siglo VI aproximadamente, en el país tamil, los poetas vaiṣṇavas llamados Āḻvārs y los poetas śaivas llamados Nāyaṉmārs cantan a sus dioses en su propia lengua. Entre los siglos XV y XVII, el movimiento se extiende por el norte y el este de la India: Kabir, Ravidas, Mirabai, Surdas, Tulsidas, Chaitanya y muchos otros cantan en hindi, rajasthani, braj, awadhi, bengalí. Los especialistas todavía discuten si este «movimiento bhakti» fue una reforma social o una renovación de tradiciones más antiguas; lo cierto es que llevó la vida religiosa a las lenguas que la gente hablaba, y la abrió, al menos en principio, a todos, fuera cual fuera su nacimiento o su género.

La bhakti y los otros yogas

Swami Vivekananda, en sus conferencias de Nueva York de 1895-1896, popularizó la idea de cuatro yogas: la acción (karma), la devoción (bhakti), el conocimiento (jñāna) y la meditación (rāja). La Gita no los separa tan limpiamente, y tampoco el Nārada Bhakti Sūtra, que discute las relaciones entre la devoción y el conocimiento (NBS 28-30). En la práctica, todo camino en la India está impregnado de devoción: el hatha yogui canta antes de practicar, el estudiante de Vedānta se inclina ante el maestro, el karma yogui ofrece el acto. En este libro, la bhakti es un yoga por derecho propio, y también el calor que recorre todos los demás.

Practicar: un minuto de ofrenda

Esta noche, antes de dormir, siéntese un minuto. Piense en alguien o algo que ama sin reservas. Note lo que ese amor hace en el cuerpo: calor, suavidad, una apertura. Después, sin cambiar nada, dirija esa misma calidad de atención hacia lo que usted tiene por más alto: Dios en la forma que conoce, la vida, el bien. Escriba una frase sobre lo que notó.

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 49 páginas.

Consígalo aquí: https://yogide.com/es/libros/bhakti-yoga-sutras-de-narada/

Pago único, PDF al instante.