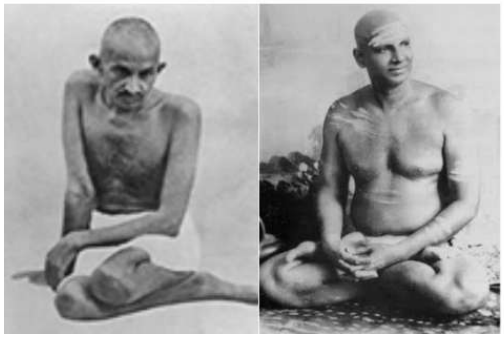


Karma Yoga (acción), **Dhyana** Yoga (meditación), **Bhakti** Yoga (devoción), **Jnana** Yoga (conocimiento)



Basado en el Gita según **Gandhi**. Con comentarios de **Mahadev Desai** y **Swami Sivananda**. Traducido al español por **Pedro Nonell**



https://instituto-gita-yoga.org/

© Pedro Nonell & Instituto Gita

Curso Básico Online: Bhagavad Gita (según Gandhi)

El Bhagavad Gita no es solo un texto sagrado antiguo; es un manual práctico y eterno para la vida moderna. En este curso online, exploramos cómo la palabra de Dios se manifiesta a través de las enseñanzas de Krishna a Arjuna, proporcionando claridad en momentos de desaliento. Bajo la dirección de Pedro Nonell, el Instituto Gita ofrece una formación única que integra la visión ética de Mahatma Gandhi y la profundidad espiritual de Swami Sivananda. Esta formación invita a cada buscador a redescubrir su propósito y a entender los mecanismos de la acción (Karma), la devoción (Bhakti) y el conocimiento (Jnana).

¿Por qué estudiar el Bhagavad Gita hoy?

En un mundo lleno de incertidumbre, las palabras de Krishna ofrecen un ancla de sabiduría inamovible. Este curso no es una simple lectura académica; es una inmersión en la **ciencia de la autotransformación**. A través de la visión de Mahatma Gandhi, aprenderás que la verdadera espiritualidad se vive en el campo de batalla de la vida diaria, cumpliendo con tu deber sin apego y manteniendo siempre la mirada en la presencia de Dios.

Objetivos

El principal objetivo del **curso** impartido por el Instituto Gita & Pedro Nonell es **conocer la profunda sabiduría del Gita**, estudiando los principales **caminos del yoga**:

1. El Yoga de la Acción Desinteresada (**Karma Yoga**): manos para trabajar
2. El Yoga de la Devoción (**Bhakti Yoga**): corazón para sentir
3. El Yoga del Conocimiento (**Jnana Yoga**): cerebro para concebir



El curso se basa en la versión que el Mahatma **Gandhi** hizo del Gita ("El Gita de Acuerdo a Gandhi) con comentarios suyos y de Mahadev Desai; esta es una de las versiones más asequibles, comprensibles y didácticas. Además se han incorporado los comentarios de **Swami Sivananda**. Esta versión ha sido traducida al español por Pedro Nonell.

El curso está dirigido a cualquier buscador que desee desarrollar la vía del **autoconocimiento** y mejorar como ser humano gracias a las enseñanzas del Bhagavad Gita, así como a los **profesores y practicantes de yoga** que busquen además incorporar la dimensión ética-espiritual en sus prácticas de yoga, más allá de los Yoga Sutras de Patanjali.

1. Duración del curso: 4 meses
2. Precio: Precio: 400 Euros
3. Financiación:
    a. Matrícula: 200 Euros
    b. Dos pagos mensuales de 100 Euros (correspondientes al tercer y cuarto mes de estudio)
4. Fecha de inicio abierta (formación individualizada)
5. Idioma: curso disponible en español y/o inglés
6. Coordinador del curso: Pedro Nonell
7. Modalidad: formación online uno a uno (matriculación continua), el estudiante / buscador puede iniciarlo cuando desee y a su propio ritmo desde su casa



Titulación

El examen final se basa en un profundo **trabajo de investigación** sobre el Gita, valorándose especialmente que sus resultados puedan beneficiar a la comunidad yóguica y/o a la humanidad. Este curso es recomendable para todos aquellos que realmente deseen profundizar en la infinita sabiduría del Gita, en particular para los profesores de yoga.

Titulación: el estudiante-buscador que supere los ejercicios y que obtenga un informe favorable de su profesor recibirán el : “Curso: Bhagavad Gita (según Gandhi)”.

Al completar estos 4 meses de estudio junto a Pedro Nonell, habrás adquirido una brújula ética y espiritual que te acompañará para siempre. Este diploma del Instituto Gita certifica que has profundizado en las raíces del Yoga y que posees las herramientas para aplicar la voluntad de Dios en cada decisión de tu vida. No se trata solo de conocer el Gita, sino de convertirte en un ejemplo vivo de sus enseñanzas.

Las asignaturas de este curso podrán convalidarse si el estudiante desea matricularse en los cursos avanzados o en el Máster en Bhagavad Gita y la Ciencia del Yoga.



Metodología: Los tres pilares de tu formación

Para que el **conocimiento se convierta en realización**, el curso se estructura en tres etapas fundamentales:

1- Purificación por la acción (Karma Yoga): Durante las primeras semanas, estudiamos cómo actuar en el mundo sin generar más esclavitud, transformando nuestro trabajo en una ofrenda a la Realidad Absoluta.

2- Expansión del corazón (Bhakti Yoga): Profundizamos en la devoción. Aprenderás a cultivar un amor universal que te permita ver a Dios en todos los seres, tal como enseñaron Ramakrishna y Sivananda.

3- Iluminación por el conocimiento (Jnana Yoga): La etapa final donde el intelecto se rinde ante la Verdad. Estudiamos el discernimiento entre lo real y lo irreal para alcanzar la liberación definitiva.

El curso sigue los 18 capítulos del Bhagavad Gita de forma secuencial y didáctica. Cada lección incluye: introducción, lectura del capítulo (versión Gandhi), comentarios

de Gandhi/Desai/Sivananda, temas clave, adaptación versificada, audición en sánscrito y español, y ejercicios.

Módulo 1- Karma Yoga ("Manos para trabajar")

El principal objetivo de este módulo es conocer los fundamentos y la importancia del **Karma Yoga**, el Yoga de la Acción (desinteresada): "trabaja (actúa) pero no te apegues a los resultados". El yoga más fácil y que más gente puede seguir, el camino de la mayoría de la humanidad. El paso previo al Bhakti y al Jnana Yoga.

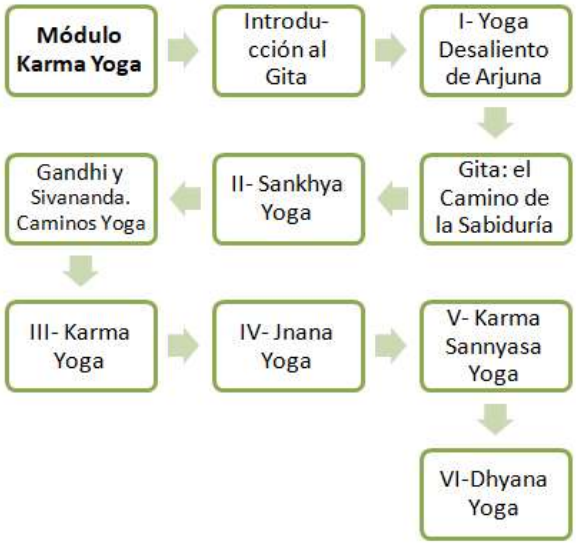
Así como conocer el **Yoga de la Meditación** (Dhyana Yoga), el camino que mediante la meditación conduce a la percepción directa de Atman (el yo interior).

Gandhi decía que el trabajo sin esperar los frutos de la acción era la enseñanza central del Gita.



Swami Vivekananda, afirmaba que el Karma Yoga es la **purificación de la mente mediante el trabajo**. Para él los 6 primeros capítulos del Gita conforman el Karma Yoga ("Manos para trabajar"). Consideró que Buda fue uno de los mayores Karma Yoguis de la historia.

Asignaturas del módulo Karma Yoga (Bhagavad Gita):



1- Introducción al Bhagavad Gita



2- Capítulo I- El Yoga del Desaliento de Arjuna



3- Gita: el Camino de la Sabiduría



4- Capítulo II- Sankhya Yoga.





4-1 Autotransformación y autoconocimiento en el Gita

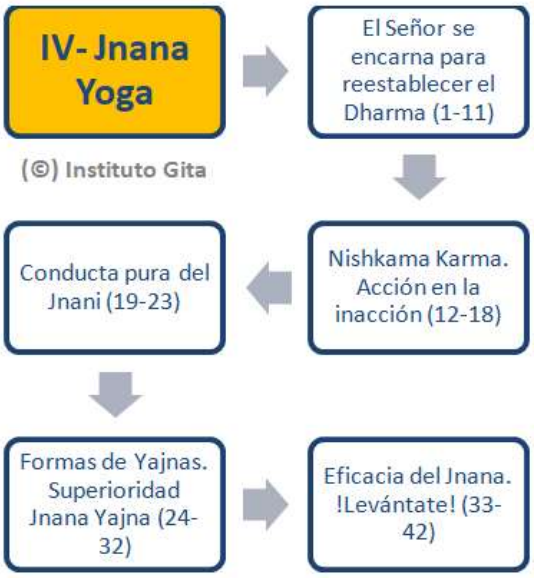
5- La vida de Gandhi y de Sri Swami Sivananda. Introducción a los cuatro caminos del yoga.



6- Capítulo III- El Yoga de la Acción (Karma)



7- Capítulo IV - El Yoga del Conocimiento (Jnana).



8- Capítulo V - El Yoga de la Renuncia a la Acción



9- Capítulo VI - El Yoga de la Meditación (Dhyana)



Módulo 2- Bhakti Yoga (Corazón para sentir)

El principal objetivo de este módulo es conocer los pilares y la importancia del Bhakti, el **Yoga de la Devoción** al Señor, el camino del amor: "**Corazón para sentir**", el más fácil y natural de todos los Yogas y el que más gente sigue. El Bhakti Yogui, no solo ama al Señor, sino también a toda su creación.

Asignaturas del módulo Bhakti Yoga:



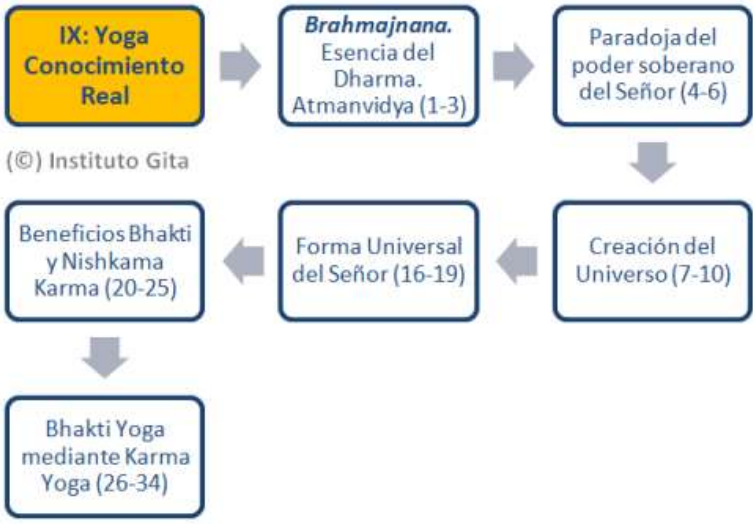
10- Capítulo VII - El Yoga del Conocimiento y de la Realización de Brahmán



11- Capítulo VIII- El Yoga del Imperecedero Parabrahmán



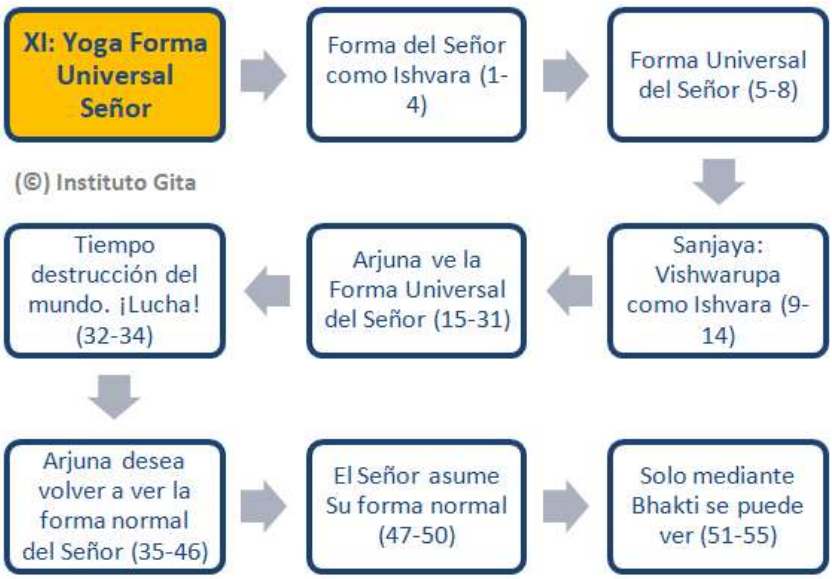
12- Capítulo IX- El Yoga del Conocimiento Real y Discriminatorio



13- Capítulo X- El Yoga de las Manifestaciones Divinas



14- Capítulo XI- El Yoga de la Forma Universal del Señor.



15- Capítulo XII- El Yoga de la Devoción (Bhakti)



Módulo 3- Jnana Yoga ("Cerebro para concebir")

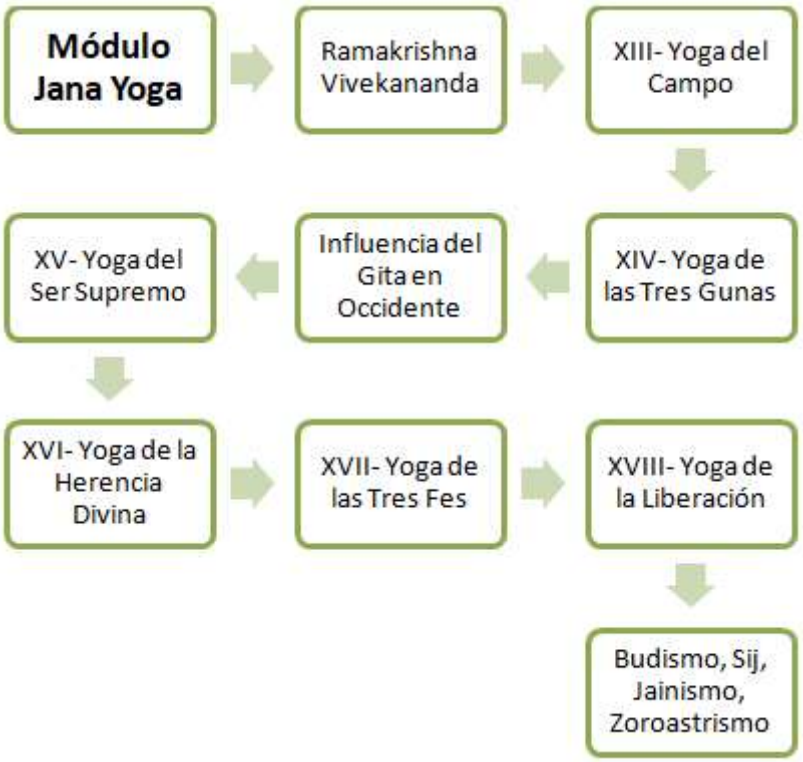
El principal objetivo de este módulo es conocer los pilares y la importancia del **Yoga del Conocimiento**: el Jnana Yoga, el camino de la **más elevada filosofía** ("Cerebro para concebir"), el camino más completo y la culminación de los otros tres yogas: el Karma, el Dhyana y el Bhakti Yoga: "Unidad en la Diversidad (**Todo es Uno**)"

Para Swami Vivekananda:

> «El Jnana Yoga es la más alta filosofía. El Jnani Yogui tiene que pasar por la más dura de todas las renuncias entendiendo que cualquier tipo de manifestación de

poder en la naturaleza no pertenece a la naturaleza sino al alma. Así la sabiduría la alcanza al contemplar al Ser Único en todos los seres. Cuando el Jnani la alcanza, mediante la devoción (Bhakti) se dedica desinteresadamente por el bien de la humanidad»

Asignaturas del módulo Jnana Yoga:



16- Introducción a Sri Ramakrishna y Swami Vivekananda.

17- Capítulo XIII- El Yoga del Campo y del Conocedor del Campo

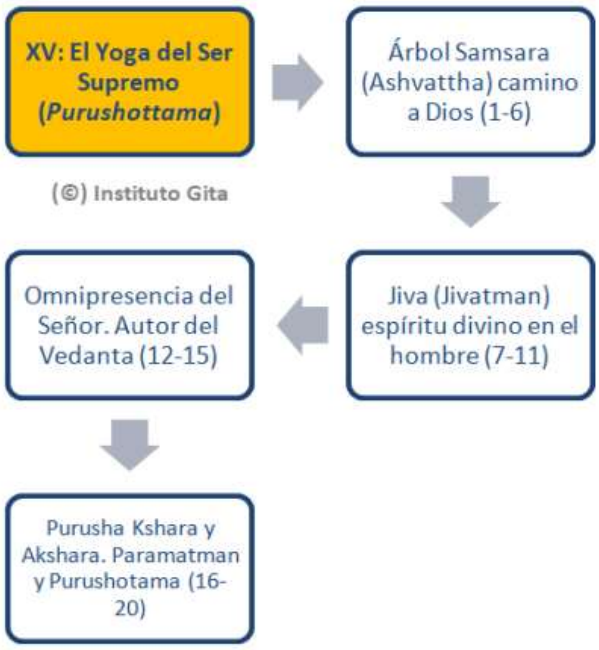


18- Capítulo XIV- El Yoga de la Diferenciación de las Tres Gunas



19- Influencia del Bhagavad Gita en Occidente

20- Capítulo XV- El Yoga del Ser Supremo



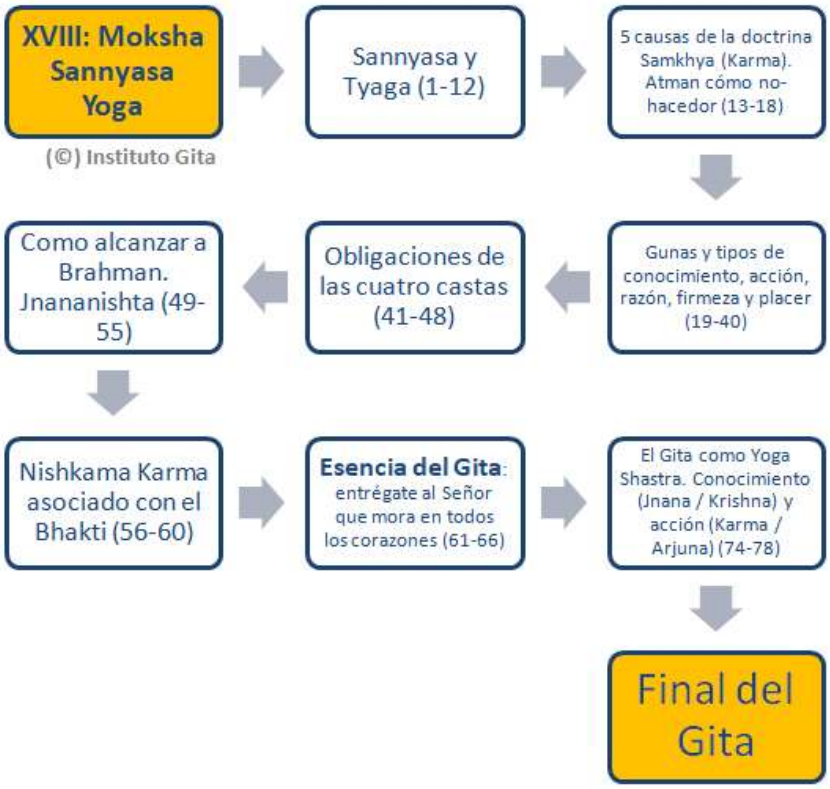
21- Capítulo XVI- El Yoga de la Herencia Divina y Diabólica.



22- Capítulo XVII- El Yoga de las Tres Fes



23- Capítulo XVIII- El Yoga de la Liberación Mediante la Renuncia



(Final del Gita)

Proceso de estudio de cada capítulo del Bhagavad Gita:



1. Introducción y resumen del capítulo
2. Lectura del capítulo (Gita según Gandhi)
    1. Análisis de los comentarios de Gandhi, Mahadev Desai y Swami Sivananda
    2. Identificación de los temas clave del capítulo
3. Lectura de la libre adaptación versificada del Gita
4. Audición del capítulo en sánscrito y español
5. Ejercicios

Conclusión

A través de los dieciocho capítulos y los tres módulos de este curso, el estudiante logra una comprensión integral de lo que significa vivir en unión con Dios. Al dominar el Karma Yoga, el Bhakti Yoga y el Jnana Yoga, el practicante no solo adquiere conocimientos teóricos, sino herramientas reales para la autotransformación. Como nos recordó Gandhi, el desapego a los frutos de la acción es el camino más seguro hacia la paz interior. Le invitamos a iniciar este viaje de cuatro meses para **convertir su mente en un instrumento de sabiduría y su corazón en un océano de devoción.**



Si deseas un estudio más profundo del Bhagavad Gita te recomendamos los siguientes cursos avanzados:

1. Jnana-Karma Yoga (Acción desinteresada)
2. Bhakti Yoga (Camino Devocional)
3. Dhyana Yoga (Camino de la Meditación)
4. Jnana Yoga (Camino del Conocimiento)
5. Realización del Bhagavad Gita
6. Máster en Bhagavad Gita y la Ciencia del Yoga