Como estudiar online el Bhagavad Gita



¿Cómo estudiar online el Bhagavad Gita



I-GITA

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

© Pedro Nonell & Instituto Gita

Como estudiar online con el Instituto Gita

El principal objetivo de la formación es **hacer accesibles los principios del Bhagavad Gita** para que puedan ser aplicables en nuestra época marcada por la globalización y la digitalización de forma que puedan ser **adoptados por una persona normal**, con obligaciones familiares y laborales, y no sólo por un Swami o un Sannyasin (renunciante).



Particularidades del estudio online del Bhagavad Gita

1- Ciencia espiritual (Para-Vidya)
2- Autoestudio, autoconocimiento y coraje
3- Visión general de la formación
4- Dos versiones del Gita
5- Enseñanzas de Sri Ramakrishna y Swami Vivekananda
6- Modalidades de formación: básica y avanzada
7- La web del Instituto como guía de estudio
8- Estudio de cada capítulo del Gita
9- Modelo de formación online
    1- Transmisión del conocimiento basado en la lectura
    2- Formación online, asíncrona, uno a uno y en español
    3- Exámenes
    4- Profesores

Presentación del estudiante-buscador

Email del Instituto Gita: om@instituto-gita-yoga.org

Particularidades del estudio online del Bhagavad Gita





«Otros ofrecen bienes materiales para el sacrificio, con austeridades, con **yoga**, algunos con la **adquisición del conocimiento** y algunos con su **transmisión**. Todos estos sacrificios son rigurosos votos y serios esfuerzos».

Bhagavad Gita IV-28.

Ciencia espiritual (Para-Vidya)

Para Swami Vivekananda, las ciencias materialistas cultivadas en Occidente se ocupan de la realidad objetiva, de lo que se percibe, se ve y se experimenta. La **ciencia espiritual**, llamada la Ciencia de todas las ciencias (*sarva-vidya pratishtha*) en los *Upanishads*, cultivada en Oriente, trata de la realidad subjetiva, que es el Perceptor, el Vidente, el Experimentador.

El conocimiento de *kshetra* (la realidad objetiva, el cuerpo) es *apara-vidya*, y la realización del Conocedor, del Sí mismo, del Atman, es *para-vidya*. Oriente ha cultivado la ciencia de para-vidya, mientras que Occidente, la ciencia de apara-vidya.

El Gita es ante todo un Moksha-shastra, un libro de liberación y de autoconocimiento, es en definitiva el estudio de la ciencia del alma, de nuestra parte inmortal. El estudio online del Gita - *Para-vidya* (conocimiento superior)- requiere de una metodología diferente al estudio de cualquier otra materia -*Apara-vidya*- (economía, diseño, ingeniería e incluso las Asanas).

Autoestudio, autoconocimiento y coraje

El aprendizaje del Gita debe basarse en el autoestudio y en el autoconocimiento ("nadie puede aprender por ti"). Al igual que Arjuna se enfrentó a sus miedos internos o a su ignorancia y acabó **luchando y venciendo**, así debes enfocar el estudio del Gita. No tendrás a un Señor Krishna para revelarte la suprema sabiduría, pero sí tendrás a los profesores y el acceso a las diferentes versiones del Gita y a las opiniones y trabajos de Sri Ramakrishna, Swami Vivekananda, Gandhi, Swami Sivananda, Swami Vidya Prakashananda o Swami Sarvapriyananda. Pero debes ser tú quien aprenda, no nosotros quienes te enseñemos, el matiz es importante.

Ello implica que casi todo el modelo educativo se basa en el **estudio de material escrito**. Se aprovechan las nuevas tecnologías, puedes descargar las asignaturas desde cualquier lugar del mundo, puedes imprimirla, estudiarla, apuntar tus dudas y comentarios, reflexionar sobre ella, comparar las enseñanzas del Gita con tu entorno y con tu propio Yo, incluso leer otras versiones. Y debes volver a leer la asignatura, y una vez meditada sobre ella, es cuando tendrás un cierto conocimiento sobre el tema y sólo con el tiempo (quizás durante toda una vida), la meditación y el autoconocimiento podrás transformarla, quizás, en sabiduría. Si tienes dudas importantes el profesor intentará orientarte a cómo encontrar la solución, más que darte la solución. En muchos casos quizás el profesor no tenga la respuesta adecuada.

El Gita se basa, entre otros principios en el Conocimiento, el autoconocimiento, la devoción, la acción o el coraje. Krishna llamó cobarde a Arjuna por no cumplir con su deber (Dharma) de luchar debido a su ignorancia, apego y miedo. Cuando Arjuna demostró la fe en su maestro, es entonces cuando el Señor le reveló el Gita para toda la humanidad. El estudio del Gita no es posible si no se enfoca con **coraje**. Por ello, su estudio debe basarse en el concepto de autoconocimiento, en donde el estudiante / buscador acepte este reto y tenga la valentía de explorar su infinito mundo interior.

Visión general de la formación

La formación online del Instituto Gita se estructura en:

1. Curso básico: Bhagavad Gita (según Gandhi y comentarios de Sivananda).
2. Cursos avanzados:
    a. Esencia del Gita (Capítulos 1 y 2)
    b. Karma Yoga (Camino de la acción desinteresada)
    c. Dhyana Yoga (Camino de la meditación)
    d. Bhakti Yoga (Camino de la devoción y del amor)
    e. Jnana Yoga (Camino del conocimiento)
    f. Realización del Gita. Enseñanzas de Sri Ramakrishna y Swami Vivekananda.
3. Máster en Bhagavad Gita y la Ciencia del Yoga

Los estudiantes que hayan superado los cinco cursos avanzados, pueden acceder al Máster convalidando todas las asignaturas y realizando una tesina final de máster.

Esta estructura se basa en la siguiente reflexión de Swami Vivekananda y es la que actualmente se aplica en las instituciones educativas del Ramakrishna Mission:

> "Enseñar las llamadas materias seculares como ciencias modernas, tecnología, ciencias profesionales, artes, inglés, etc., por un lado, y los llamados temas espirituales como los antiguos *Upanishads*, el sánscrito, la literatura védica, etc., por otro, es decir crear un ser humano completo, integral y completamente desarrollado en las tres "h" (*heart, head, and hand*): corazón, cabeza y manos.
>
> Corazón para sentir (*Bhakti Yoga*)
>
> Cerebro para concebir (*Jnana Yoga*)
>
> Manos para trabajar (Karma *Yoga*)
>
> Y poder de concentración (*Dhyana Yoga*) junto con el desapego vigorizando cada uno de estos yogas."

En la medida de lo posible, en el Instituto Gita intentamos aplicar esta visión de Swamiji.

La formación está diseñada para ser impartida online, aunque puede ser impartida presencialmente o en formato semipresencial. La formación es uno a uno, cada estudiante podrá empezar cuando lo desee (matriculación continua).



La misión del Instituto Gita es facilitar el acceso al conocimiento del Bhagavad Gita mediante la formación a precios asequibles y la difusión de las enseñanzas:

1. Del Bhagavad Gita (y del Vedanta en general)
2. De Sri Ramakrishna (principio de armonía entre religiones)
3. De Swami Vivekananda (visión ciencia occidental más espiritualidad hindú)

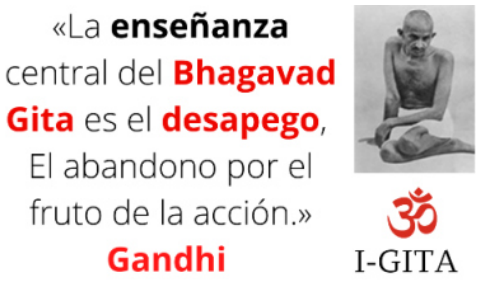
Un aspecto importante es que esta formación permite tanto entender el mensaje original del Gita como adaptarlo a las necesidades del mundo actual, gracias en gran medida al ingente trabajo desarrollado por Swami Vivekananda (traducido también por el Instituto Gita) para que el Gita sea aplicable por cualquier persona.

La formación relacionada con el Gita es bastante compleja, sobre todo debido a la responsabilidad que el Instituto ha de asumir al ser un texto sagrado milenario. No es lo mismo explicar una Asana que por ejemplo el Jnana Yoga. El Instituto sólo pretende ser un transmisor del conocimiento y en ningún caso pretendemos ser Swamis o Rishis.

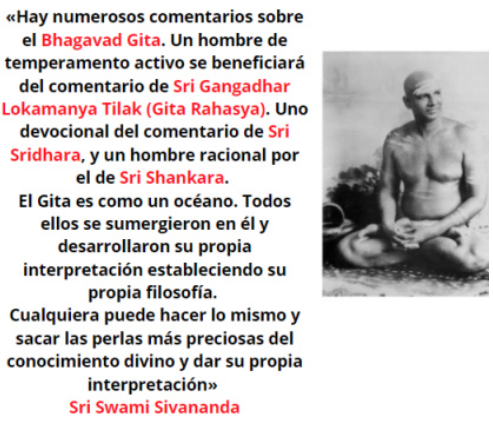
Dos versiones del Bhagavad Gita

El Instituto trabaja con **dos versiones del Bhagavad Gita**, ambas traducidas al español por Pedro Nonell

1- **Gita de Acuerdo a Gandhi** (con comentarios de **Swami Sivananda**)

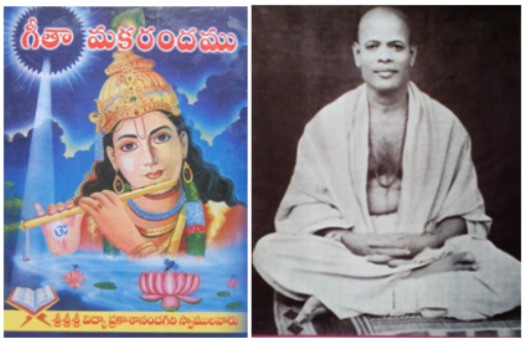


Gandhi es un magnífico ejemplo de cómo el Bhagavad Gita influyó en la independencia pacífica de India y de muchas colonias africanas y asiáticas, siendo el movimiento Ahimsa más importante de la historia de la humanidad. Además, Gandhi sentó parte de los pilares socio-económicos de la nueva india (abolición de castas, armonía entre religiones, aplicación del Yajna nacional o "sacrificio" para la creación de un fideicomiso para los más pobres...) Y Gandhi, fue una "persona normal", con obligaciones familiares, laborales y políticas. La versión de Gandhi es de las **más asequibles que existen**, siendo ideal para iniciarse en el Bhagavad Gita. El enfoque es mayoritariamente de Karma Yoga (Camino de la Acción Desinteresada).



Swami Sivananda fue un importante gurú y defensor del Vedanta y del yoga. Estudió Medicina y ejerció como tal antes de convertirse en Swami. Sivananda hizo su propia interpretación del Bhagavad Gita, cuyos comentarios se incluyen en esta versión. Fue el creador del Yoga de Síntesis de Swami Sivananda, en el que se integran los cuatro caminos clásicos del yoga (Karma - Acción, Bhakti, Dhyana - Meditación / Raja Yoga, Jnana - Conocimiento). Es un ejemplo de alguien que en una primera etapa de su vida, vivió como una persona normal ejerciendo la medicina y más tarde se convirtió en Swami.

2- **Gita Makarandam de Swami Vidya Prakashananda**



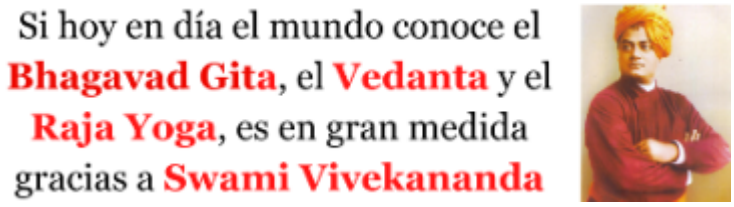
Swami Vidya Prakashananda Giri (1914-1998), fue un gurú espiritual indio de Andhra Pradesh. Fue discípulo de Malayala Swami. Fue el fundador de Sri Sukabrahmashram en Srikalahasti. El Bhagavad Gita Makarandam fue su obra más notable. Este es un comentario sobre el Bhagavad Gita que escribió por primera vez en telugu. Posteriormente, este libro se tradujo al tamil, inglés, kannada, hindi, etc. y ahora al español por Pedro Nonell. La formación avanzada del Instituto Gita incluye esta versión del Bhagavad Gita. Esta versión del Bhagavad Gita es mucho más profunda que la de Gandhi, y por tanto más compleja. El enfoque es principalmente Jnana Yoga (Camino del Conocimiento)

Enseñanzas de Sri Ramakrishna y Swami Vivekananda

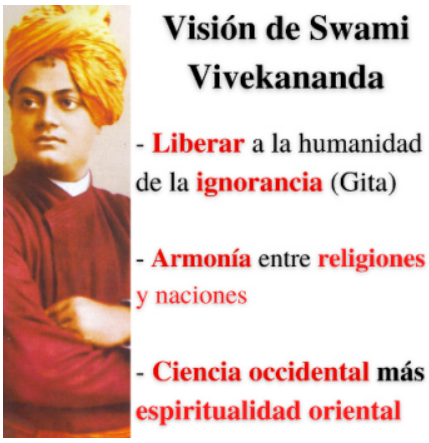
Las enseñanzas de estos dos maestros espirituales te permitirán entender mejor el profundo mensaje del Bhagavad Gita e incluso profundizar aun más en sus enseñanzas.



Sri Ramakrishna Paramahansa (Calcuta, 1836-1886) sea quizás uno de los maestros espirituales más importantes de la humanidad de los últimos siglos. Su mensaje de paz y sobre todo de que todas las religiones son válidas (principio de armonía entre religiones: las religiones son distintos caminos hacia Dios, pero no son Dios), están sentando las bases de una nueva ética global. Ramakrishna siguió principalmente el Bhakti Yoga: El Yoga de la Devoción. Estuvo muy influenciado por el Vedanta y por tanto por el Bhagavad Gita. Sri Ramakrishna sentó las bases para el renacimiento espiritual indio e influyó notablemente en muchos Swamis. Gandhi le consideraba una reencarnación de Dios.



En el primer Parlamento de las Religiones del Mundo (Chicago 1893), **Swami Vivekananda** (discípulo de Ramakrishna) impartió un discurso aun recordado y considerado fundamental en el diálogo entre religiones. Creó la Ramakrishna Math y la Ramakrishna Mission con el objetivo de mantener los principios eternos del Vedanta, vividos y experimentados por Sri Ramakrishna y expuestos por Swami Vivekananda. Hoy en día administran alrededor de 1200 instituciones educativas (universidades, facultades, escuelas politécnicas) y de servicios médicos (14 hospitales, 116 dispensarios...).



Esta ideología tiene tres características:

1- Es **moderna**, en el sentido de que los antiguos principios del Vedanta se han expresado en un lenguaje moderno;
2- Es **universal**, es decir, está destinada a toda la humanidad;
3- Es **práctica**, en el sentido de que sus principios pueden aplicarse en la vida cotidiana para resolver los problemas de la vida.

Swami Vivekananda dio una **nueva filosofía del trabajo** para el mundo moderno basada en los principios del Bhagavad Gita. El Día Nacional de la Juventud de India, también conocido como *Vivekananda Jayanti*, se celebra desde 1984 el 12 de enero en todas las universidades y colegios indios, el cumpleaños de Swami Vivekananda.



Además, hemos incluido enseñanzas de **Swami Sarvapriyananda**, un monje hindú (Sannyasin) perteneciente a la Orden Ramakrishna. Es el Swami residente actual y director de la Sociedad Vedanta de Nueva York, fundada por Vivekananda, cargo que ocupa desde enero de 2017. Sarvapriyananda participa con frecuencia en simposios y eventos centrados en las enseñanzas del Advaita Vedanta. Es un firme defensor y erudito de los Upanishads. Fortune India menciona a Sarvapriyananda como "uno de los disertantes más conocidos del Vedanta en el mundo actual y en Occidente".

Modalidades de formación: básica y avanzada

Formación básica

La **formación básica** va orientada al público general que desea introducirse en las enseñanzas del Gita. Básicamente se trabaja con la **interpretación del Gita de Gandhi**, con los comentarios de **Mahadev Desai** (traductor del Gita al inglés, y traducido al español por Pedro Nonell) y de **Swami Sivananda**. El contenido de esta formación es básicamente el mismo que el libro "El Yoga de la Sabiduría (Gita)". Recomendamos que un estudiante sin conocimientos previos, empiece por la formación básica y luego proseguir con la avanzada.

Formación avanzada

Los cursos avanzados y el máster incluyen dos versiones del Gita traducidas al español por Pedro Nonell:
1) Gita según Gandhi (con comentarios de Desai y Sivananda)
2) Gita Makaranadam de Swami Vidyaprakashananda.



La **formación avanzada** va dirigida a aquellas personas que desean profundizar en la sabiduría del Gita. Tiene todas las asignaturas de la formación básica, pero además tiene:

1. El **Gita Makaranadam** de Swami Vidya Prakashananda, con comentarios para cada shloka, traducido al español por Pedro Nonell
2. Artículos y lecturas de **Swami Vivekananda y Sri Ramakrishna** relacionados con el tema del capítulo.



El **Gita Makaranadam** de Swami Vidya Prakashananda es una versión prácticamente desconocida en Occidente, pero reconocida como de alto valor pedagógico en India.

Varios amigos indios nos han recomendado encarecidamente esta magnífica versión, caracterizada sobre todo porque prácticamente cada shloka (en sánscrito, Alfabeto Internacional de Transliteración Sánscrita o AITS, inglés y español) tiene un amplio comentario. En esta versión el estudiante encontrará además:

1. **Referencias de Swamis en determinados Shlokas**: Sri Ramakrishna, Sri Sarada Devi, Ramanuja, Vasishta, Swami Karmananda, Swami Turiyananda, Swami Brahmananda, Tulasi Ramayan, Patanjali, Vasishta, Swami Sarvapriyananda, Sharat Chandra Chakravarty, Sanatkumara, Anandagiri, Sankarananda, Sridhara, Sri Sankaracharya, Adi Shankara, Valmiki…
2. **Referencias de textos hinduistas en determinados Shlokas**: Vedas, Rig Veda, Mahabharata, Katha Upanishad, Mundaka Upanishad, Brihadaranyaka Upanishad, Esavasya Upanishad, Aranya Parva , Udyoga Parva, Bhishma Parva, Vivekachudamani (Adi Shankara), Yoga Vasista (Valmiki), Srimad Bhagavatam, Chandogya, Purva-Mimamsa, Puranas, Rajasuya Yaga, Maha-Nirvana-Tantra, Yoga-Sutras de Patanjali, Markandeya Purana…

Como se puede observar, al acceder a esta versión del Gita y a estas lecturas, el estudiante podrá profundizar aun más en la inagotable sabiduría del Gita. Realmente, es casi como entrar en otra dimensión de conocimiento.

Es decir, la versión de Gandhi es excelente para tener una visión global de cada capítulo del Gita. La versión de Swami Vidya Prakashananda permitirá profundizar en la sabiduría de cada verso de cada capítulo del Gita. Como el estudiante percibirá, la inspiración de Sri Ramakrishna y de Swami Vivekananda es notoria en toda esta versión.

Comparación del número de páginas:

Capítulo del Gita	Gandhi	Gita Makaranadam	Español
I- Arjuna Vishada Yoga	18	50	63
II- Sankhya Yoga	34	157	174
III- Karma Yoga	32	88	98
IV- Jnana Yoga	37	93	102
V- Karma Sannyasa Yoga	25	61	66

Excepto algunos capítulos como el II-Sankhya Yoga o el XVIII- Moksha Sannyasa Yoga, en general la extensión en número de páginas del Gita Makaranadam es el doble o el triple que la versión de Gandhi. Debido a las particularidades del español, la extensión es ligeramente mayor que la versión inglesa.

A modo de ejemplo, si comparamos el Capítulo III – El Karma Yoga entre las dos versiones se puede observar la diferencia en extensión:

1. Versión Gandhi: 30 páginas.
2. Versión de Swami Vidya Prakashananda (inglés): 78

3. Versión de Swami Vidya Prakashananda (español): 90

Comparación Gita Gandhi / Gita Marankandam

A continuación se compara el shloka III-3 de ambas versiones:

Versión Gandhi

El Señor dijo:
3. Te he hablado antes, oh hombre sin pecado, de dos actitudes en este mundo: la de los *Sankhyas*, por el Yoga del Conocimiento y la de los *Yogins*, por el *Karma Yoga*.

(Comentario de) Sri Swami Sivananda. Incluso si un hombre abandona la acción, su mente puede permanecer activa. Uno no puede alcanzar la perfección, la libertad de acción o el conocimiento del Ser, simplemente renunciando a la acción. Debe poseer el conocimiento del Ser.

Versión Swami Vidya Prakashananda

श्रीभगवानुवाच |
लोकेऽस्मिन्द्विविधा निष्ठा पुरा प्रोक्ता □यानघ |
ज्ञानयोगेन साङ्ख्यानां क□योगेन योगिना□ || 3||

śhrī bhagavān uvācha
loke 'smin dvi-vidhā niṣhṭhā purā proktā mayānagha
jñāna-yogena sāṅkhyānāṁ Karma-yogena yoginām
śhrī-bhagavān uvācha- the Blessed Lord said; loke- in the world; asmin- this; dvi-vidhā- two kinds of; niṣhṭhā- faith; purā- previously; proktā- explained; mayā- by me (Shree Krishna); anagha- sinless; jñāna-yogena- through the path of knowledge; sānkhyānām- for those inclined toward contemplation; Karma-yogena- through the path of action; yoginām- of the yogis

Traducción al inglés:
"The Blessed Lord said: O sinless Arjuna! In ancient times two paths of spiritual description were spoken by me – the Jnana yoga for the followers of the path of knowledge, and Karma Yoga for the followers of the path of action."

Traducción al español:
"El Bendito Señor dijo: ¡Oh, Arjuna (hombre) sin pecado! En la antigüedad, Yo expuse dos caminos espirituales: el Jnana Yoga para los seguidores del camino del conocimiento y el Karma Yoga para los seguidores del camino de la acción".

Traducción de Gandhi:
"Te he hablado antes, oh hombre sin pecado, de dos actitudes en este mundo: la de los *Sankhyas*, por el Yoga del Conocimiento (*Jnana Yoga*) y la de los *Yogins*, por el *Karma Yoga* (Yoga de la Acción)."

Comentario:
Oh sin pecado: **Arjuna está libre de pecado. Entonces él está completamente calificado para recibir la sabiduría más alta**. Cuando la tela está limpia, se puede teñir de cualquier color. El Señor conocía la pureza de la mente de Arjuna y, por lo tanto, decidió enseñarle **Brahma Vidya (conocimiento de Brahma)**. **Cada individuo**, de acuerdo con su disposición arraigada, **busca el camino que congenia con su naturaleza**. **Algunos nacen con una mentalidad intelectual y el camino para ellos es el de indagar en el Ser (Jnana yoga)**. Para estos, el Señor enseñó el camino del conocimiento. Otros nacen con un **temperamento**

práctico y aman la acción. Para ellos, el Señor les señaló otro camino: el Karma Yoga. Cada hombre es perfectamente libre de elegir su propio camino. No hay colisión entre ellos. Cualquier camino de disciplina impuesto irá en contra de la naturaleza y no dará el resultado deseado. **Puede haber muchos caminos que conduzcan al mismo destino**. Puede haber diferentes rutas para subir a un pico. Cualquier ruta finalmente llevará a la gente a la cima de la montaña. Así que el Señor aquí declara que el hombre puede seguir cualquier camino que sea adecuado a su carácter y alcanzar la meta. **Aunque en el Gita se establecen varios yogas, todos ellos pueden incluirse en estas dos divisiones principales: Jnana Yoga y Karma Yoga**.
El Señor dice que enseñó el doble camino en tiempos inmemoriales. Así que él está más allá del tiempo y el lugar. Él es Paramatman, apareciendo en la forma de **Sri Krishna** y enseñando el Om más elevado a la humanidad.

Dichos de Swami Vivekananda:
Arjuna pregunta: "Acabas de recomendar la acción y, sin embargo, defiendes el conocimiento de Brahman como la forma de vida más elevada. Krishna, si crees que el conocimiento es mejor que la acción, ¿por qué me dices que actúe?". [Sri Krishna]: "Desde la antigüedad nos han llegado estos dos sistemas. **Los filósofos Sankhya avanzan en la teoría del conocimiento. Los yoguis avanzan en la teoría del trabajo**."
Pero es muy difícil dejar de apegarse a este universo; pocos logran eso. Hay dos formas de hacerlo mencionadas en nuestros libros. Uno se llama **"neti, neti" (no esto, no esto),** el otro se llama "iti" (esto); el primero es el negativo, y el segundo es el camino positivo. **El camino negativo es el más difícil. Solo es posible para los hombres de mentes excepcionales y muy elevadas y voluntades gigantescas** que simplemente se levantan y dicen: **"No, no aceptaré esto",** y la mente y el cuerpo obedecen su voluntad, y salen triunfantes. **Pero esas personas son muy raras**.
La gran mayoría de la humanidad elige el camino positivo, el camino a través del mundo, haciendo uso de todas las ataduras mismas para romper esas mismas ataduras. Esto también es una forma de darse por vencido; sólo que se hace lenta y gradualmente, conociendo las cosas, disfrutando de las cosas y obteniendo así experiencia, y conociendo la naturaleza de las cosas hasta que la mente las deja ir por fin y se desapega.
La primera forma de obtener el desapego es mediante el razonamiento, y la segunda mediante el trabajo y la experiencia. El primero es el camino del Jnana Yoga; el segundo es el del Karma Yoga, en el que no hay cese del trabajo.

La web del Instituto como guía de estudio del Bhagavad Gita

Todos los estudiantes / buscadores del Instituto Gita pueden acceder a nuestro site (https://instituto-gita-yoga.org/) y hacer clic en el curso que se haya matriculado. Imagine que se ha matriculado al curso: "Karma Yoga" (https://instituto-gita-yoga.org/Curso-Karma-Yoga-Gita.shtml), en la web verá la página de este curso, en la primera parte verá la presentación del curso:

Curso Karma Yoga - Acción (Bhagavad Gita)

Pedro Nonell Formación Gita Libro: Bhagavad Gita Gita Gandhi Gita Makaranadam Ramakrishna Contacto

Yoga de la Acción Desinteresada (Karma, manos para trabajar)
Formación Online Bhagavad Gita



(El Camino de la Acción Desinteresada, del **trabajo por el bien de la humanidad** y de la purificación de la mente)

Dos versiones del Gita traducidas al español

El principal objetivo del curso avanzado impartido por el Instituto Gita es conocer los fundamentos y la importancia del **Karma Yoga**, el Yoga de la **Acción** (desinteresada), tal y como se define en el **Bhagavad Gita** (Filosofía del Yoga): "**trabaja** pero **no te apegues** a los resultados". El camino más fácil y que más gente puede seguir, el yoga de la mayoría de la humanidad, el camino que **purifica la mente**. El paso previo al Dhyana Yoga (Meditación), al Bhakti Yoga (Devoción) y al Jnana Yoga (Conocimiento).

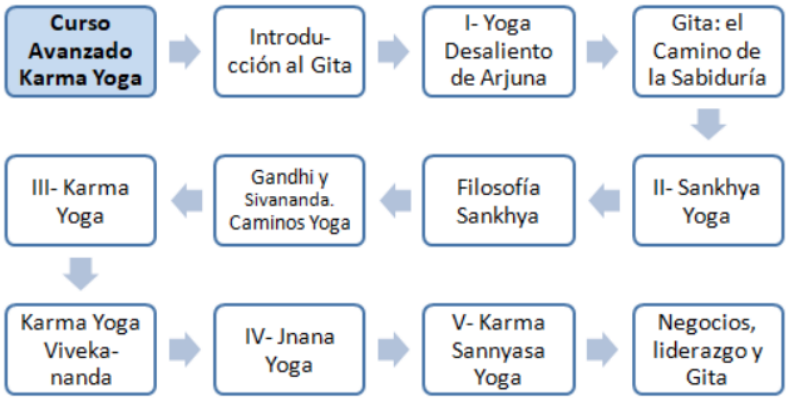
Y a continuación verá el **vídeo de introducción** a esta asignatura:



Es importante señalar que este vídeo solo se puede ver por aquí, es decir, no está en el PDF que contiene el material del curso.

A continuación verá las **asignaturas** de este curso:

Asignaturas



1- Introducción al Bhagavad Gita (Filosofía del Yoga)

Introducción +

2- Capítulo 1- El Yoga del Desaliento de Arjuna

Desaliento de Arjuna +

3- Bhagavad Gita: el Camino de la Sabiduría

Camino de Sabiduría +

4- Capítulo 2- Sankhya Yoga

Como vemos la web nos indica exactamente el **orden y las asignaturas que debes estudiar**. Si hace clic en el primer link (1- Introducción al Bhagavad Gita), llegarás a la página de esta asignatura, en donde, entre otras cosas verás su **programa**:

Programa –

1. Prólogo
2. Srimad Bhagavad Gita Upanishad según Gandhi traducido al español
3. El Gita Makaranadam de Swami Vidya Prakashananda, traducido al español
4. Breve introducción al Bhagavad Gita: el Camino de la Sabiduría
5. Principales **protagonistas** del Bhagavad Gita
    1. Sri Krishna: encarnación de Visnú, primo y auriga de Arjuna
    2. Arjuna: príncipe y arquero de los Pandavas
6. Introducción al hinduismo (Sanatana Dharma)
    1. La Religión Eterna
    2. Brahman, Karma y Reencarnación
    3. ¿Monoteísmo o politeísmo?
    4. Siglo XIX: Reforma del hinduismo
7. Contexto histórico del Bhagavad Gita por Sri Sivananda
8. El ***Mahabharata*** según Swami Vivekananda
    1. Introducción
    2. Pandavas y Kauravas

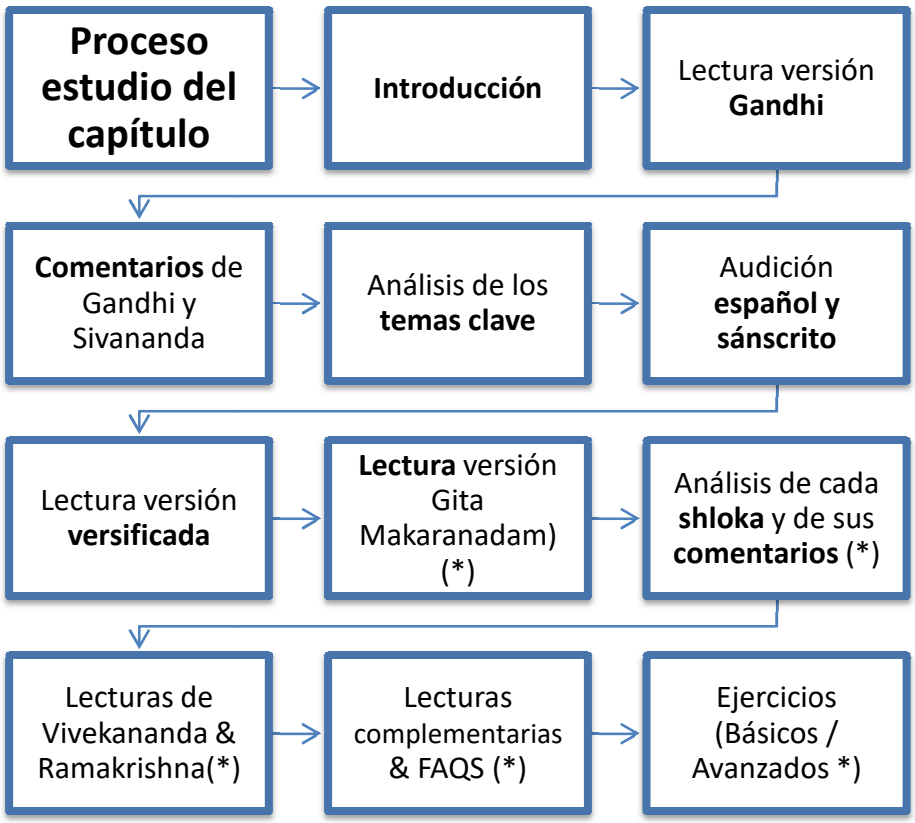
Además verás un vídeo introductorio y un resumen…

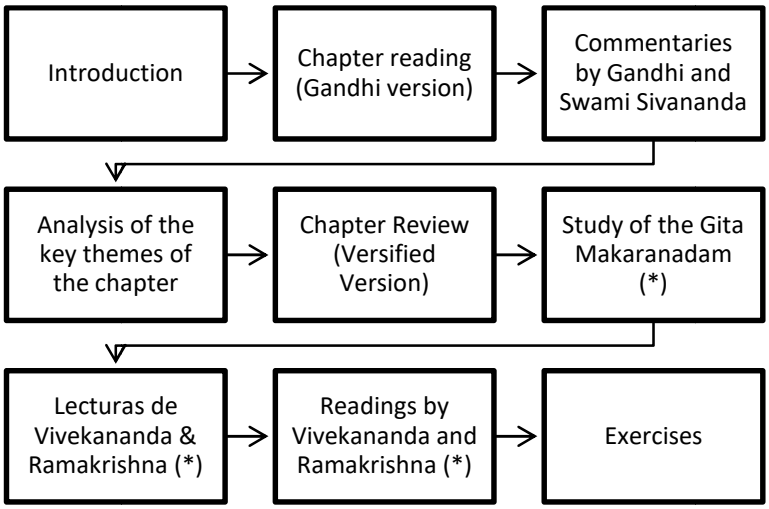
Una vez navegado por esta página de la asignatura, ya puede **estudiar el PDF de esta asignatura y sus ejercicios**. Tu profesor te indicará como hacerlo ya que por motivos de seguridad no es posible descargarlo desde la página del curso.

Todos los vídeos nuevos que se van creando se van incrustando en estas páginas web así como en nuestro canal de Youtube.

Estudio de cada capítulo del Gita

El proceso de estudio de los dieciocho capítulos del Gita está estructurado de la siguiente forma. Las diferencias en la formación básica y la avanzada se indican con un (*):





(*) Impartidas solamente en la formación avanzada

1. **Introducción y resumen** del capítulo.
2. **Lectura del capítulo** (versión: **Gita según Gandhi**)
    a. Análisis de los **comentarios** de Gandhi, Mahadev Desai y Swami Sivananda.
    b. Identificación de los **temas clave** del capítulo. El análisis de estos temas claves permite estructurar en bloques cada capítulo del Gita, facilitando su estudio.
3. Lectura de la libre **adaptación versificada** del Gita según Gandhi
4. **Análisis en profundidad, shloka a shloka**, del capítulo (versión Gita Makaranadam de Swami Vidya Prakashananda). Cada verso está en hindi, inglés y español; contiene un amplio comentario. (*)
5. Lectura de la adaptación versificada y audición en español-sánscrito de este capítulo
6. Análisis de los artículos y lecturas de **Swami Vivekananda** y Sri Ramakrishna relacionados con el tema del capítulo (*).
7. Lecturas complementarias
8. FAQs sobre cada verso. Contiene para casi todos los versos de todos los capítulos varias FAQs (preguntas y respuestas) que sin duda ayudarán al buscador a entender los puntos clave de cada verso (*)
9. Ejercicio (básico, avanzado)

Todos los capítulos del Gita están disponibles en español e inglés, es muy recomendable leer cada capítulo en español y luego en inglés.

Recuerda que lo mejor es seguir la guía de estudios por la página del curso.

Vídeos / Poadcast

En todas las unidades encontrarás además un vídeo introductorio:



Y/o un video explicativo:

Vídeo: ¿Cuál es tu Dharma? –



Modelo de formación online

El modelo de formación online propuesto por el Instituto Gita se basa en:

1. Los principios enunciados en el Bhagavad Gita y en las directrices que Swami Vivekananda, discípulo de Sri Ramakrishna, estableció en su Filosofía educativa de la Misión Ramakrishna respecto a la educación.
    a. Más información: https://instituto-gita-yoga.org/Cursos-Bhagavad-Gita-Vision.shtml
2. La experiencia de más de 30 años de educación online de la EENI- Global Business School de la cual el Instituto Gita forma parte.

Transmisión del conocimiento basado en la lectura

Durante siglos el Gita se ha transmitido tanto oralmente como a través de libros. El Instituto Gita quiere continuar con esta tradición.

Si bien se han grabado una serie de vídeos, tanto introductorios a cada asignatura como explicativos sobre algún tema en particular, el estudio se realiza principalmente a través de los **materiales de estudio en PDF**. Nuestra recomendación es que los materiales de las asignaturas se impriman, para poder estudiarlas sobre el **papel**, en donde se puede anotar o subrayar todo lo que desees.

Esta observación no es baladí, demasiado digitalizados estamos ya todos en nuestra vida, como para seguir estudiando esta ciencia del alma en formato digital. Además, tendrás esos materiales de estudio para toda la vida, sin necesidad de renovar ningún tipo de subscripción.

Además, podrás escuchar los 18 capítulos del Gita en español y o sánscrito con música.

Formación online, asíncrona, uno a uno y en español

Desde la pandemia han surgido multitud de centros que ofrecen formación de yoga online. En la gran mayoría de casos, se basa en que el estudiante tenga que visualizar un vídeo de su profesor (en tiempo real o en diferido), lea algunos apuntes (sin mucha coherencia en algunos casos) y responda algunos test. Quizás para enseñar una Asana o cualquier otro curso *Apara-vidya,* sea adecuado, pero bajo nuestro punto de vista, es totalmente inútil para sumergirse en la profunda sabiduría del Gita e iniciar el camino del autoconocimiento.

La formación del Instituto Gita es **online y asíncrona**, es decir, no tienes que estar conectado ni estar, necesariamente, delante de una pantalla para estudiar. A diferencia de la formación síncrona (podría ser adecuado para estudiar cualquier curso con una temática *apara-vidya*, pero no para el estudio del Gita), en donde todo se hace en tiempo real, la asíncrona permite que seas tú y no el Instituto quien marque el ritmo de la formación. Este aspecto es vital dada las particularidades y la complejidad de

cualquier formación relacionada con el Gita. Además, se rompen las barreras horarias, muy importante en el caso de América Latina.

La formación es uno a uno (no en grupos) y **abierta** (no existen fechas de inicio, cada estudiante la puede iniciar cuando quiera y al ritmo que quiera). La formación en grupo no permite que cada uno marque su propio ritmo.

Los cursos básicos están íntegramente en **español**. Los cursos avanzados y el máster están tanto en inglés como en español, además de las versiones del Gita Makaranadam en hindi. Los estudiantes de cursos avanzados pueden estudiar en español y /o inglés.

Ejercicios y exámenes

Dependiendo de la formación tendrás que realizar una serie de ejercicios y trabajos que serán evaluados por el Instituto. Los ejercicios y exámenes no son de "copiar y pegar" (ni de Chat GPT), sino que se basarán en la investigación y en la aplicación de lo aprendido.

Todas las asignaturas contienen una serie de ejercicios (preguntas de autoevaluación), que deberás responder y enviar a tu profesor. Este no las corregirá, pero sí que las evaluará (sería imposible debido a su extensión). Sí según el criterio del profesor, no los has superado te motivará a que vuelvas a estudiar para repetirlos (sólo hay dos oportunidades). Si el profesor tiene dudas sobre tu nivel de conocimiento, podrá solicitarte una e-reunión por videoconferencia.

Ejercicios de cada capítulo del Gita

Cada capítulo del Gita tiene sus propios ejercicios de autoevaluación:

a) Formación básica: el estudiante debe contestar los **ejercicios de cada capítulo**. A continuación se puede ver un ejemplo de los ejercicios del capítulo III- Karma Yoga, (para este capítulo son cuatro páginas).

Ejercicios de la asignatura: III- El Yoga de la Acción (Karma Yoga) - Gandhi

¿Cuál es la enseñanza central de este capítulo?

Comenta la siguiente afirmación de Gandhi: "el verdadero conocimiento debe expresarse en actos de servicio desinteresado"

¿Qué aporta el Karma Yoga para la mayoría de la humanidad?

Comenta la siguiente frase de Vivekananda refiriéndose a Ramakrishna: "Sirve a Jiva, como Shiva"

¿Por qué Sivananda afirma que "El Karma Yoga es adecuado para el hombre de temperamento activo"

¿Qué es lo que pregunta a Arjuna a Krishna y por qué en el primer verso de este capítulo?

¿Por qué Krishna habla de "Yogins" en el verso 3?

¿Por qué no se puede renunciar a la acción?

¿Cuál es la causa que todo en el universo esté activo?

¿Cómo define Krishna al hipócrita? ¿Estás de acuerdo?

¿Cómo se puede alcanzar la excelencia a través del Karma Yoga?

Comenta la siguiente afirmación "porque la acción es superior a la inacción"

b) Formación avanzada: el estudiante debe contestar los **ejercicios de cada verso (shloka) de cada capítulo**. A continuación se puede ver un ejemplo de los ejercicios del capítulo III- Karma Yoga, (para este capítulo son nueve páginas).

Capítulo 3, Verso 28

¿Cómo interpretas este verso?

¿Cómo es posible permanecer completamente desapegado de los propios sentidos y mente y del mundo que nos rodea?

¿Qué opinas de la expresión de Sri Ramakrishna "mujer y oro"?

Capítulo 3, Verso 29

¿En que se diferencia el mensaje de este verso con el III.26?

Capítulo 3, Verso 30

¿Qué caminos del Yoga observamos en este verso?

¿De que deseo debía liberarse Arjuna?

Reflexiona sobre como aplicar en tu vida la "lucha sin pasión"

Capítulo 3, Verso 31

¿Estás de acuerdo con la siguiente frase: "Tanto el Karma Yogui como el Jnana Yogui logran la emancipación siguiendo la ley del Nishkama Karma"

¿Cuáles son los dos virtudes más importantes a practicar?

Capítulo 3, Verso 32

¿Por qué es tan importante la fe, el conocimiento y la discriminación?

Evidentemente, las preguntas de la formación avanzada son mucho más complejas.

Importante

Es importante señalar que la resolución de estos ejercicios es fundamental para profundizar en el conocimiento del Gita. Excepto los ejercicios de investigación, todos se pueden contestar con el contenido de los materiales de estudio. Los ejercicios están diseñados sobre todo para que reflexiones y medites sobre lo estudiado, además en muchos casos te obligará a releer un determinado verso, o su comentario, para contestarlo adecuadamente, de forma que poco a poco irás consolidando este complejo conocimiento e incorporarlo paulatinamente en tu vida, es decir, avanzar en tu autoconocimiento.

El Gita recomienda, entre otras cosas coraje y veracidad, y estos dos principios debes tenerlos muy en cuenta cuando contestes los ejercicios. No se trata de que copies el texto de los apuntes, quizás cambiando alguna palabra, eso sería demasiado fácil y poco te aportaría. Se trata de que tengas el coraje y la determinación de meditar sobre el

contenido del Gita expuesto en los materiales de estudio, y desarrollar tu propia respuesta, aunque te equivoques, esa es la única forma de pensar y reflexionar, y es la única forma de enfocar el estudio del Gita. Y no olvides que el Gita es la ciencia del alma, una ciencia Para-Vidya, totalmente diferente al estudio de otras ciencias como la matemáticas o la física.

Dada la complejidad de evaluar el conocimiento del Gita, el sistema de evaluación de los ejercicios no se basa en una escala del 1 al 10. Sino simplemente en "Aprobado / Suspendido". Excepcionalmente, el profesor podrá calificar la nota como "Cum Laude" en aquellos casos en que el trabajo realizado sea considerado de interés para toda la humanidad.

En el caso del máster, la tesina es un profundo trabajo de investigación (equivalente a 10 ECTS); el tema de la tesina lo propone el estudiante, y debe ser aprobado por su profesor.

Profesores

Como se ha comentado, este texto sagrado, se transmitió durante generaciones boca a boca y a través de libros interpretados por diferentes Swamis a lo largo de dos milenios. Y eso debes tenerlo siempre presente: los profesores del Instituto Gita no son Swamis ni Sannyasins, sino simplemente profesores conocedores del Gita y comprometidos con sus valores. "Nuestros Swamis" son Swami Vivekananda, Sri Ramakrishna, Swami Vidya Prakashananda, Swami Sarvapriyananda o Swami Sivananda además de Gandhi… Todos los materiales de estudio se basan en las traducciones al español que hemos hecho de las enseñanzas de estos Swamis.

Una reflexión final basada en el poeta inglés TS Elliot:

> "Dónde está el conocimiento que se pierde en la información? Y ¿dónde está la sabiduría que se pierde en el conocimiento".

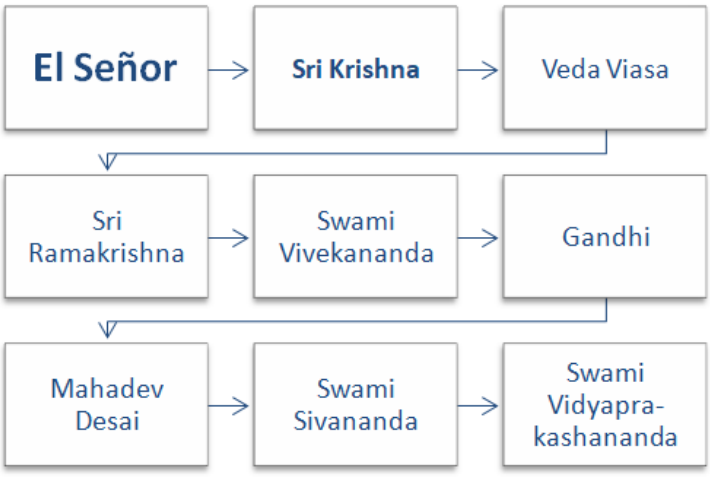
El Gita y los Swamis transmiten sabiduría, el instituto conocimiento; podemos transformar la información (o incluso la desinformación) inicial del estudiante en conocimiento, pero sólo tú podrás transformarla en sabiduría a través del autoconocimiento.

Las principales funciones del profesor son las siguientes:

1. Atender tus dudas
2. Corrección de exámenes y/o tesina
3. Impartir una clase online estudiante-profesor en cada formación (sólo formación avanzada)
4. Realización del informe sobre el estudiante

Las comunicaciones profesor-alumno se realizan principalmente por email o Wapp.

Cadena de transmisión del Conocimiento del Gita



Él **Señor** es el único autor de este Conocimiento, Él expuso "este imperecedero yoga al inicio de los tiempos" (BG IV-1). "Cuando la maldad acechó" (BG IV-7) ante la inminente batalla de Kurukshetra, **Sri Krishna**, la encarnación de Visnú, el Maestro del Yoga (BG XVIII-78), se lo transmitió a Arjuna para toda la humanidad. Posteriormente fue compilado por el gran sabio **Veda Viasa.** Durante varios siglos este conocimiento fue transmitido por los grandes *Rishis*, *Acharyas*, Swamis y Mahatmas como Lokamanya Tilak, Sri Sridhara, Sri Shankara, Sri Ramanuja, Sri Madhava, Valmiki, Kapila y tantos otros. ¡Gracias a todos ellos!



En el Siglo XIX, cuando "la maldad" del imperio británico azotaba la India, **Sri Ramakrishna Paramahansa**, el iletrado monje que veía a Dios, inició el resurgimiento espiritual de la India, logró unir a dualistas y no dualistas bajo el hinduismo, con su visión "*Yato mat, tato path*" (Tantas religiones, tantos caminos), era considerado como una encarnación por Gandhi y como el profeta de la armonía entre religiones.



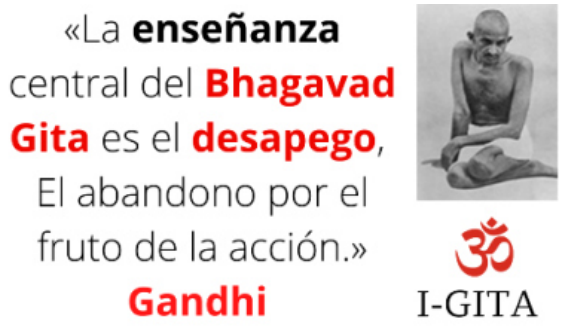
«¿Cuál es el significado del Bhagavad Gita? Pronuncia la palabra Bhagavad Gita, rápidamente, varias veces *Gi-ta-gi-ta-gi-tagi*; así se pronunciará como *Tagi*, que significa alguien que ha **renunciado al mundo por amor a Dios**. Así, en una palabra, el Bhagavad Gita enseña: «¡Renuncia, hombre apegado al mundo! Renuncia a todo y fija tu mente en el Señor"». Sri Ramakrishna (*El Evangelio de Sri Ramakrishna*).

Su discípulo **Swami Vivekananda**, uno de los más grandes sabios y filósofos de la humanidad, entendió que debía explicar la espiritualidad hindú a todas las masas indias y a Occidente. Si hoy conocemos el Raja yoga y el Gita en Occidente es gracias a él.



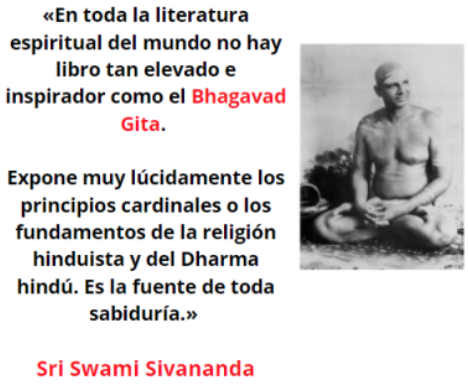
«Si hay algo en el Bhagavad Gita que me apasiona, son estos dos versos, la auténtica esencia de la enseñanza de **Sri Krishna**: **quien vea al Señor Supremo morando por igual en todos los seres**, el Imperecedero en las cosas que perecen, él ve en verdad. Porque al ver al Señor como él mismo, presente en todas partes, él no destruye el Yo por el Yo, y así alcanza la meta más alta. El Gita es el mejor comentario disponible sobre la filosofía *vedanta*; curiosamente, la escena se desarrolla en el campo de batalla, donde Sri Krishna le enseña esta filosofía a **Arjuna**, y la doctrina que se destaca luminosamente en cada página del Gita es la de una **intensa actividad, pero en medio de ella, la eterna calma**. Este es el secreto del trabajo, alcanzar cuál es la meta del *vedanta*». Swami Vivekananda

La sabiduría de Sri Ramakrishna y la devoción al trabajo de Swami Vivekananda, iluminaron al **Mahatma Gandhi** quien logró la independencia pacifica de India, en base a las enseñanzas del Gita. Su traductor, **Mahadev Desai**, aportó sabios comentarios a su versión.



> «La enseñanza central del Bhagavad Gita es el desapego, el abandono por el fruto de la acción. Y no habría lugar para este abandono si uno prefiriese el deber del otro al propio. Por lo tanto, se dice que el propio deber es mejor que el de otro. Lo que importa es el espíritu con el que se realiza el deber, y su realización desapegada es su propia recompensa». Gandhi.

Más tarde el médico y después monje **Swami Sivananda**, inspirado por las figuras anteriores continuó propagando el Gita por todo el mundo.



> «**En toda la literatura espiritual del mundo no hay libro tan elevado e inspirador como el Bhagavad Gita**. Expone muy lúcidamente los principios cardinales o los fundamentos de la religión hinduista y del *Dharma* hindú. Es la fuente de toda sabiduría. Es tu gran guía. Es tu maestro supremo. Es un tesoro espiritual inagotable. Es una fuente de felicidad. Es un océano de conocimiento. Está lleno de esplendor y grandeza divina». Sri Swami Sivananda.

Swami Vidya Prakashananda escribió su propia interpretación, el **Gita Makaranadam**, con comentarios suyos en cada shloka y posteriormente se incluyeron reflexiones de Sri Ramakrishna o Swami Vivekananda.

Swami Vivekananda, Gandhi (con la traducción y comentarios del Mahadev Desai), Swami Sivananda y Swami Vidya Prakashananda hicieron sus propias interpretaciones del Gita, y son con las que se trabaja en los cursos del Instituto Gita. Nuestro modelo de

transmisión de este sagrado conocimiento se basa en estas grandes figuras, y en el principio de armonía entre religiones de Sri Ramakrishna.

El Señor, puede ser llamado de diferentes formas: Dios, Alá o Brahma; **el Gita ofrece a toda la humanidad una profunda sabiduría independiente de cualquier religión, sexo, condición social, lugar o época**. Implica también que la esencia de esta sabiduría ha sido transmitida varias veces en la historia a la humanidad a través de las reencarnaciones del Señor en **Sri Krishna, Jesús, Mahoma, Mahavira o Buda**.

"Cuando la bondad desfallece,
Cuando la **maldad aumenta**,
Cuando se olvida el propósito de la vida,
Yo **Me manifiesto**,
Vuelvo para salvar a los justos, destruir
a los malvados,
y **restablecer el Dharma**.
Yo nazco de era en era" **Bhagavad Gita**
IV 7-8





ॐ
I-GITA
Instituto Gita-Ramakrishna de la Ciencia del Yoga & Pedro Nonell

Como podemos entender la **responsabilidad** tanto del Instituto como de los profesores es enorme, debiendo ser absolutamente fieles a esta cadena de transmisión de la sabiduría del Gita. De esta responsabilidad deriva la metodología formativa que usaremos basada en los propios conceptos del Gita.

Presentación del estudiante-buscador del Gita

Para ayudarnos a entender mejor tus conocimientos, experiencia y expectativas en relación al Bhagavad Gita y poder ayudarte lo mejor posible, lo primero que te invitamos a hacer es enviar un documento en el que expliques todas estas cosas. No es un CV profesional, sino un escrito desde el alma.

Nos gustaría que nos explicases:

1. Nivel de conocimiento del Bhagavad Gita y del Hinduismo en general
2. Si practicas alguna religión o camino espiritual
3. Tu "perfil espiritual" (si eres egocéntrico, equilibrado, apegado a las cosas externas, cual es mi objetivo de vida, cómo reaccionas ante los problemas, facilidad para tomar decisiones…)
4. Conocimiento de otros caminos espirituales, filosofías, yoga…
5. Las expectativas ante el curso: ¿qué buscas exactamente? ¿Por qué el Gita?
6. Cualquier otra información que consideres de interés

Este documento es sólo de inicial, lo ideal es que lo vayas actualizando conforme avanzas en el estudio del Bhagavad Gita, así podrás evaluar tu avance y tu grado de asimilación de sus enseñanzas.

Si por cualquier motivo no deseas contestar a estas preguntas, no hay ningún inconveniente.

Si puedes, envíanos una foto (o varias) en el documento.

¡Muchas gracias!

Instituto Gita & Pedro Nonell