
Dhāraṇā – Concentración.

Ampliación: Sexto miembro del **Aṣṭāṅga Yoga** de Patañjali. Consiste en fijar la mente sobre un único objeto, preparando el paso hacia la meditación (*dhyāna*) y, finalmente, el *samādhi*.

Pronunciación: Dhāraṇā (Dhaa-ra-náa)

Dhātus – Elementos constitutivos.

Ampliación: Literalmente «constituyentes» o «elementos». Según el contexto, puede referirse a los elementos fundamentales de la realidad o a los componentes del cuerpo humano. En la medicina ayurvédica designa los siete tejidos fundamentales del organismo.

Pronunciación: Dhātus (Dhaa-tus)

Gītā – «Canto». Nombre dado a varios textos sagrados; generalmente, la Bhagavad Gītā.

Ampliación: La **Bhagavad Gītā** («El Canto del Señor») forma parte del *Mahābhārata* y constituye uno de los textos fundamentales del hinduismo. Expone enseñanzas sobre el karma, el conocimiento, la devoción y el yoga.

Pronunciación: Gītā (Guí-taa)

Gopa – Pastor de vacas.

Ampliación: En la tradición vaishnava, los *gopas* son los pastores entre los que creció Kṛṣṇa en Vṛndāvana. Simbolizan la sencillez, la cercanía a la naturaleza y la devoción espontánea.

Pronunciación: Gopa (Gó-pa)

Hari – Nombre de Viṣṇu o de Kṛṣṇa.

Ampliación: Significa «el que elimina» o «el que quita». Es uno de los nombres más frecuentes de Viṣṇu y de Kṛṣṇa, indicando a la divinidad que destruye la ignorancia y libera del sufrimiento.

Pronunciación: Hari (Já-ri)

Hiraṇyagarbha – «Embrión de oro» o «Huevo de oro». Principio cósmico de la creación.

Ampliación: En la cosmología védica representa el germen del universo manifestado, del que surge toda la creación. Es considerado el primer principio creador y, en algunos textos, la manifestación inicial de Brahmā.

Pronunciación: Hiraṇyagarbha (Ji-ran-ya-gár-bha)

Idā – Canal sutil izquierdo.

Ampliación: Uno de los tres principales **nāḍīs** del yoga, junto con **Piṅgalā** y **Suṣumnā**. Se asocia con la luna, la receptividad, la intuición y la energía mental. Su equilibrio con Piṅgalā favorece el despertar espiritual.

Pronunciación: Idā (Í-daa)

Jīvanmukta – Liberado en vida.

Ampliación: Persona que ha alcanzado la liberación (*mokṣa*) mientras todavía vive en el cuerpo. Aunque continúa actuando en el mundo, ya no se identifica con el ego ni está sujeto a la esclavitud del karma. Es el ideal del sabio realizado en el Advaita Vedānta.

Pronunciación: Jīvanmukta (Yīi-van-muk-ta)

Jīvātman – El ser individual.

Ampliación: El *Ātman* considerado como individuo mientras parece limitado por el cuerpo, la mente y la ignorancia (*avidyā*). Según el Advaita, el *jīvātman* no es diferente del **Paramātman** o **Brahman**; la diferencia existe únicamente mientras persiste la ignorancia.

Pronunciación: Jīvātman (Yíi-vaat-man)

Paramātman – El Ser Supremo.

Ampliación: El **Paramātman** («Ser Supremo») es el *Ātman* universal, ilimitado y absoluto. En el Advaita Vedānta no es diferente de **Brahman**. La aparente diferencia entre el **jīvātman** (ser individual) y el **Paramātman** existe únicamente mientras persiste la *avidyā* (ignorancia). Al desaparecer ésta, se reconoce que ambos son una misma Realidad.

Pronunciación: Paramātman (Pa-ra-máat-man)

Sandhyā – Crepúsculo. Momento de transición.

Ampliación: Literalmente significa «unión» o «conjunción». Designa los momentos de transición entre la noche y el día (amanecer y atardecer), considerados especialmente propicios para la oración, la meditación y la recitación de mantras.

Pronunciación: Sandhyā (Sánd-jiaa)

Śāntiḥ – Paz.

Ampliación: No es sólo la ausencia de conflicto, sino la paz profunda del Ser. Las Upaniṣads suelen concluir con la invocación «**Om Śāntiḥ Śāntiḥ Śāntiḥ**», deseando la desaparición de los obstáculos físicos, mentales y espirituales.

Pronunciación: Śāntiḥ (Shán-tij)

Samnyāsa – Renuncia.

Ampliación: Renuncia al apego y a la identificación con el ego. Constituye la última etapa tradicional de la vida (*āśrama*) y simboliza la dedicación completa a la búsqueda de Brahman.

Pronunciación: Samnyāsa (Sam-niá-sa)

Samnyāsī – Renunciante.

Ampliación: Quien ha abrazado el *saṃnyāsa*. Su verdadera renuncia no consiste únicamente en abandonar la vida social, sino en desprenderse interiormente del deseo, del ego y del sentido de posesión.

Pronunciación: Samnyāsī (Sam-niá-sii)

Satya – Verdad.

Ampliación: No se refiere únicamente a decir la verdad, sino a la conformidad con la **Realidad** (*Sat*). En el Vedānta, *satya* es aquello que permanece inmutable y nunca es desmentido.

Pronunciación: Satya (Sát-ya)

Sāvitrī – Himno védico dedicado al Sol.

Ampliación: Nombre tradicional del **Gāyatrī Mantra**, dirigido a Savitr, la divinidad solar. Es una de las plegarias más veneradas del hinduismo y simboliza la aspiración a la iluminación de la inteligencia.

Pronunciación: Sāvitrī (Saa-ví-trii)

Smṛti – Tradición recordada.

Ampliación: Conjunto de textos transmitidos por la tradición humana, como el *Mahābhārata*, el *Rāmāyaṇa*, los *Purāṇas* y los *Dharmaśāstras*. Se distingue de la **Śruti**, considerada revelación directa.

Pronunciación: Smṛti (Smrí-ti)

Śruti – Revelación védica.

Ampliación: Literalmente, «lo oído». Comprende los cuatro Vedas y las Upaniṣads. Es la autoridad suprema para el Vedānta por considerarse conocimiento revelado a los antiguos ṛṣis.

Pronunciación: Śruti (Shrú-ti)

Śvetāśva – Sabio al que se atribuye la Śvetāśvatara Upaniṣad.

Ampliación: Tradicionalmente considerado el ṛṣi que dio nombre a la **Śvetāśvatara Upaniṣad**, una de las Upaniṣads mayores, conocida por integrar enseñanzas vedánticas con elementos de yoga y devoción.

Pronunciación: Śvetāśva (Shve-tásh-va)

Taijasa – Estado de conciencia del sueño con sueños.

Ampliación: En la *Māṇḍūkya Upaniṣad* es el segundo estado de conciencia, en el que la mente experimenta un mundo interior formado por imágenes, recuerdos y pensamientos.

Pronunciación: Taijasa (Tai-yá-sa)

Tamas – Inercia. Oscuridad.

Ampliación: Uno de los tres **guṇas** de la naturaleza. Representa la ignorancia, la pesadez, la apatía y la resistencia al cambio, oscureciendo el conocimiento.

Pronunciación: Tamas (Tá-mas)

Tanmātras – Elementos sutiles.

Ampliación: Principios sutiles de los que derivan los elementos materiales. Corresponden a las cualidades fundamentales de la percepción: sonido, tacto, forma, sabor y olor.

Pronunciación: Tanmātras (Tan-māa-tras)

Tapas – Austeridad. Disciplina espiritual.

Ampliación: Literalmente significa «calor». Es la práctica de la autodisciplina, el esfuerzo consciente y la purificación interior orientados al crecimiento espiritual.

Pronunciación: Tapas (Tá-pas)

Trimūrti – Triple manifestación divina: Brahmā, Viṣṇu y Śiva.

Ampliación: Representa las tres funciones cósmicas de creación (Brahmā), conservación (Viṣṇu) y disolución (Śiva). En el Advaita son manifestaciones del único Brahman.

Pronunciación: Trimūrti (Tri-múr-ti)

Turīya – El cuarto estado de conciencia.

Ampliación: Estado descrito por la *Māṇḍūkya Upaniṣad* que trasciende la vigilia, el sueño con sueños y el sueño profundo. Es la conciencia pura, no dual, idéntica a Brahman y al Ātman.

Pronunciación: Turīya (Tu-ríi-ya)
