

# Protocolo, ceremonial e historia del Budismo

## Protocol, ceremonial and history of Buddhism

Enrique Somavilla Rodríguez<sup>1</sup>  
R.C.U. Escorial-María Cristina  
[enrisom@gmail.com](mailto:enrisom@gmail.com)

Recepción: 04/10/2023 Revisión: 23/10/2023 Aceptación: 25/10/2023 Publicación: 15/12/2023

DOI: <https://doi.org/10.5944/eeii.vol.10.n.19.2023.38501>

### Resumen

El Budismo es reconocido como una religión, o mejor dicho un estilo de vida o filosofía de vida muy arraigado en Extremo Oriente, pero difundido por todo el mundo. Proviene del subcontinente indio y pasó rápidamente a los países del sudeste asiático como República Popular China, Japón, Tailandia, República socialista de Vietnam, República de la Unión de Myanmar (Birmania), República democrática socialista de Sri Lanka, República de Corea del Sur, Taiwán o República de China, Camboya e India. Tiene más de dos mil quinientos años de existencia. Se ha tratado con profundidad, su historia, sus creencias, su filosofía de vida, sus ritos, su protocolo, sus tratamientos, sus usos y costumbres. El budismo se adentra en unas profundas tradiciones que están muy relacionadas con muchos aspectos de la vida: meditación, conocimiento, sabiduría, amor, bienestar, compasión.

**Palabras clave:** budismo, religiones, yoga, zen, protocolo, vida

<sup>1</sup> Enrique Somavilla Rodríguez, OSA, es doctor en Teología Dogmática, Derecho Civil y Ciencias Económicas y Empresariales; licenciado en Teología Sistemática, máster en Doctrina Social de la Iglesia; máster en Relaciones Internacionales y Protocolo, máster en Derecho de la Unión Europea; Diploma de Estudios Avanzados en Derecho (DEA). Es Profesor ordinario de Teología en el Centro Teológico San Agustín (afiliado a la Pontificia Universidad de Salamanca), donde imparte diversas asignaturas: *Análisis Político y Económico; Sacramentos de Iniciación cristiana; Misterio de Dios; Cristología; Ecumenismo; Iglesias Orientales; Doctrina social de la Iglesia*. Profesor de *Teología cristiana de las religiones: relaciones interreligiosas y Teología de la Comunicación* en el Estudio Teológico Agustiniano de Valladolid (Centro Agregado a la Facultad de Teología del Norte, sede de Burgos). En el Real Centro Universitario Escorial-María Cristina, Centro Adscrito a la Universidad Complutense de Madrid, es Rector y profesor de *Derecho Eclesiástico del Estado*. Es profesor Ordinario del CTSA y profesor Agregado de ETAV.

## Abstract

Buddhism is recognized like a religion, or rather a lifestyle, or philosophy of life deeply rooted in the Far East but spread all over the world. It comes from the Indian subcontinent, and it happened quickly to Southeast Asian countries like the People's Republic of China, Japan, Thailand, Socialist republic of Vietnam, Republic of the Union of Myanmar (Burma), Democratic Socialist Republic of Sri Lanka, Republic of South Korea, Taiwan o Republic of China, Cambodia, and India. He is over two thousand five hundred years old of existence. It has been treated in depth, his story, their beliefs, his philosophy of life, their rites, your protocol, your treatments, its uses and customs. Buddhism delves into deep traditions they are closely related with many aspects of life: love, meditation, knowledge, wisdom, love, wellness, compassion.

**Keywords :** Buddhism, religions, yoga, zen, protocol, life.

## Sumario

1. Introducción
2. Qué se entiende por budismo
3. Fundamento del Budismo
4. Distintas corrientes del budismo
5. Textos sagrados y tradiciones
6. Los cinco preceptos
7. Calendario y fiestas
8. Ceremonial, protocolo y costumbres según el budismo
9. El matrimonio o bendición de la pareja en el contexto budista
10. Exequias y funerales budistas
11. La experiencia Zen del Budismo
12. Experiencia del yoga en el hinduismo-budismo
13. Conclusión
14. Bibliografía
- 15 Webgrafía

## 1. INTRODUCCIÓN

El hecho religioso posee distintos enfoques y diversas visiones. Enfoques y visiones que corresponden en la inmensa mayoría de las ocasiones a concepciones, cosmovisiones y conjunto de valores, según los tiempos, medios y los espacios a lo largo de la historia del hombre. Podemos decir que el Budismo es, ante todo, un modelo, un paradigma, un

extraordinario sistema de pensamiento filosófico e igualmente una introspección psicológica que intenta la comprensión de nuestro alrededor y la misma naturaleza de la mente del hombre para hacer viable nuestras opciones, pensamientos y acciones. El Budismo trata de otorgar una serie de instrumentos para vivir la vida desde una mayor conciencia y superar todas nuestras flaquezas, sufrimientos y dificultades. El Budismo interpreta que lo que se es, viene como respuesta de lo que hemos recogido desde el pensamiento y de lo que se ha hecho. Además, supone que el futuro viene como efecto de la consideración ética que en cada momento hacemos y vivimos, en función de las acciones realizadas. Por eso precisa que es necesario ajustar nuestra mentalidad para clarificar el itinerario que proyectamos para llegar a cada meta; sin equivocarnos para no caer bajo la misma piedra y conseguir un bienestar, una serenidad, un sosiego, una paz, un equilibrio que provienen de la máxima coherencia entre lo que pensamos, decimos y ejecutamos. El conflicto se genera cuando no somos capaces de poder mantener este equilibrio que es inestable de por sí.

Por tanto, el budismo es como un conjunto de ideas y enseñanzas, plasmadas y reconocidas desde la mente, que tratan de llegar a la vida, a la praxis para poder superar el dolor humano, el sufrimiento y todo lo que limita al hombre en su realidad personal. No es una religión al uso, como el judaísmo, el cristianismo o el islamismo, pues sus fieles no veneran a ningún dios, sino más bien siguen las prácticas establecidas por otro hombre; es decir por Buda Gautama. También podemos decir que se le conoce como una religión no teísta, aunque desde distintos puntos de vista, está considerada más bien como una corriente de pensamiento, una filosofía de vida, un estilo muy personal de conocer la existencia del hombre. Esto hace muy difícil entenderlo como una auténtica religión, desde los conceptos tradicionales. De aquí que la palabra *Buda*, expresa fundamentalmente que *alguien se ha despertado*, o también *alguien se ha iluminado*. En términos generales se refiere con estas expresiones al *Buda Gautama*, que es el conocido como Buda histórico y fundador, al mismo tiempo, del Budismo, pero también puede utilizarse para cualquier otra persona que, de hecho, puedan alcanzar la iluminación, la superación del sufrimiento, en definitiva, conseguir el nirvana.

## 2. QUÉ SE ENTIENDE POR BUDISMO

Para llegar a un concepto claro y distintivo hay que ahondar en otros aspectos, los que pueden determinar los elementos fundamentales para comprender qué entendemos por budismo. Para comenzar hay que decir que el Budismo tras la religión cristiana es el más importante del mundo, bien lo consideremos por el número de fieles seguidores, bien la extensión y gran influencia que posee. La visión sobre el mismo alcanza otras esferas pues es una civilización que se ha introducido progresivamente en la vida política, social, económica, y que ha llevado a la cultura, el arte, la filosofía en todas las sociedades del Extremo Oriente (REGAMEY, 1961: 218-219). Dentro de este sistema doctrinal, las enseñanzas de Buda se han ido transformando y han dado lugar a otras expresiones diferentes que entran dentro de ese sistema filosófico, religioso y espiritual. Por tanto, podemos afirmar que se entiende por Budismo al sistema filosófico y religioso que se originó en las enseñanzas de Buda que está caracterizado por su creencia en la reencarnación y aspirar a la contemplación del nirvana, mediante la vida de

contemplación, quietud, sobriedad, austeridad y una fuerte disciplina interior y una moral recta. Por Budismo, se entiende como el pensamiento filosófico, el entrenamiento espiritual, el sistema psicológico que proviene de las enseñanzas de Buda *Siddharta Gautama*. Además, se puede afirmar que se trata de un medio para transformar tanto individual como colectiva, que recurre a enseñanzas y prácticas que cualquier persona puede adquirir; la praxis de la meditación para conseguir el bienestar y la tranquilidad para llegar a la iluminación. Su objetivo es ese cambio a nivel de conciencia, sabiduría, bondad mediante el desarrollo espiritual.

Pero el budismo se basa, como ya hemos indicado, en las enseñanzas de Siddharta Gautama conocido como Buda. Pero Buda no es un dios, es más bien un representante, un camino, la prueba de quien llega al nirvana o contemplación. No hay que perder de vista que la trayectoria de vida de Buda está rodeada de mitos, historias, leyendas, etc., lo que hace difícil considerar toda la realidad histórica. Nace en Kapilavastu, en el actual Nepal, entre 563-483 a.C.; es hijo de Suddhodana, de la familia de los Sakyas, príncipe de una pequeña demarcación y vasallo del rey de Magadha y de Maya Devi. Salió por primera vez del palacio a los dieciséis años y contrajo matrimonio con una prima suya llamada Yasodhana con la que tuvo un hijo, llamado Rahula. Trató de buscar la manera de liberarse de todas las tribulaciones: desgracias, enfermedad, muerte, determinó abandonar a su familia, dejando todos los lujos que tenía, e inició una vida de austeridad y ayuno con el fin de encontrar el remedio para todas las tribulaciones. Su meta estaba en lograr la suprema sabiduría trascendente. Con treinta y cinco años consiguió, con un extraordinario esfuerzo intelectual, intenso y doloroso, llegar a ser un buda, es decir, lo que se denomina como un Despierto, un Iluminado, un Buda. Por otra parte, las ideas y las enseñanzas que expuso durante cuarenta y cinco tras alcanzar la iluminación (*Budismo. Un estilo de vida*, s.f.) o la sabiduría, llevó a ver en Buda un magnífico ejemplo; un gran guía de la humanidad; un Iluminado excepcional; un Despierto extraordinario. Esto conllevaría con el tiempo en convertirse en una religión o filosofía de vida que arraigó en todo Extremo Oriente, en el subcontinente indio y llegar con el tiempo a Occidente donde se le conoce con el nombre de budismo, aunque existan diversas corrientes dentro de su seno, e inicie el sendero de muchos seguidores, atraídos por sus meditaciones y enseñanzas, en una sociedad tan fría y materializada como la occidental.

### 3. FUNDAMENTO DEL BUDISMO

Para entrar en este aspecto debemos pensar que los budistas tratan de llegar a una realidad dominada por la *iluminación* (JAMES, 1975: 92-93), situación en la que desaparecen las fatigas, miedos, las dificultades, las angustias, los sufrimientos del individuo. Para ellos, a esto se puede llegar mediante la propia experiencia, potencia, fuerza, que se encuentra en el interior de la persona y nunca en el exterior que se puede implementar mediante la meditación. Por eso para los budistas ya no es un conjunto doctrinal sino más bien una filosofía de vida. La cuestión se va complicando en la medida que hablamos de los principios esenciales. Como no existe una estructuración jerárquica, que pueda orientar dichos principios, existen diversas corrientes: a través de la *Tri-Laksana*, veremos cómo es el mundo que percibimos, por medio de la *Anitya*;

la *Anātman*; y el *Duḥkha*, y así llegar a comprender, desde estos tres aspectos, el camino para llegar a alcanzar el objetivo previsto en el budismo.

- ANITYA: *todo se encuentra en un constante cambio y movimiento*. Desde nuestra forma de ser hasta las montañas. La idea de nunca ver un mismo río ya que el agua está siempre fluyendo se traslada a la realidad (interior y exterior) que nos rodea. Es decir, todo es transitorio.
- ANĀTMAN: *no existe un alma*. No hay nada «intrínsecamente yo» como encontramos en otras religiones. La persona es un conjunto cuerpo-mente que en algún momento dejará de existir, pero no existe un espíritu que se perpetúe en una vida eterna.
- DUHKHA: literalmente se traduce como *sufrimiento* o *desilusión*, aunque el término es mucho más amplio que eso. Es importante comprender el concepto ya que forma parte de las cuatro verdades nobles del budismo. Es decir, sin ellas, no alcanzaremos el pleno conocimiento de esta religión.

También tenemos las Cuatro Nobles Verdades que conforman el Budismo y sirven para conseguir el nirvana. Estas son:

- DUHKHA: Se podría resumir en que toda la vida es sufrimiento ya que *siempre estamos insatisfechos*, bien por no alcanzar nuestras metas, bien por el fallecimiento de familiares o amigos. Esta es la primera verdad: *nacemos en el sufrimiento*.
- SAMUDAYA: Ese sufrimiento *nace del apego a las cosas materiales*. Por tanto, viene de la ignorancia. Ese deseo proviene de decisiones personales. Decisiones que sin llegar a estar predestinadas se rigen por las normas del Karma.
- NIRODHA: *El sufrimiento puede ser vencido*. Para ello a través de la meditación, debemos comprender las causas que nos llevan a dicho anhelo. Cuando se descubren, es preciso, combatir para poder vencerlas.
- MAGGA: Se trata del *camino* que debemos recorrer para salir de la propia ignorancia. Para eso hay que seguir el sendero óctuple o de las ocho ramas: comprensión correcta, pensamiento correcto, palabra correcta, acción correcta, ocupación correcta, esfuerzo correcto, atención correcta, concentración correcta.

Ante estos aspectos, necesarios en la religiosidad budista o estilo de vida, hace que la voluntad de vivir y de tener, juntamente con el poseer, la ilusión de la vida real y consciente de los sacrificios, dolores, enfermedades, miserias, los deseos, las apetencias y placeres humanos, siempre pasajeros, a lo que añade la experiencia de la renuncia. Pues todo lo que de verdad sabemos y vemos, tanto de nosotros mismos como de nuestro alrededor, son esos estados de conciencia que cambian continuamente. Por esa razón desde la doctrina de las Cuatro Verdades Nobles (LADEVEZE PIÑOL, 2013: 113-117) y el camino de las ocho ramas u óctuple nos situamos ante una de las propiedades características del Budismo, muy importante y esencial (JAMES, 1975: 94-95). Esto impactará de forma radical en el contexto social existente que no era otro que el Hinduismo y de las ganas constantes de salir del *samsara* o rueda permanente de muertes y reencarnaciones permanentes. A esto siempre se opuso Buda, y por esta razón, no deja de ser una

*herejía* dentro del Hinduismo. Pues en su conjunto, la doctrina de Buda, siendo muy austera y exigente, mucho más que la del hinduismo, pero la contrapartida a todas esas renuncias sólo podrá ser recogidas por mentes privilegiadas y cultivadas (EQUIPO DE REDACCIÓN PAL, 1980: 75-76). De aquí se puede colegir, que no todos podrán llegar a esa contemplación – meditación, sino que serán algunos pocos los que puedan llegar a conseguirla (GIRA, 1994: 32-33), en trayectoria de vida y de la existencia. Si tenemos en cuenta que, sin la conciencia de la absoluta trascendencia de la divinidad, la representación personal de la misma no llegaría a ser nada más que un claro antropomorfismo totalmente vacío de sentido y de contenido. Por eso el Budismo representa claramente una manera religiosa más increíblemente integrable en esa manera de comprensión y afirmación de lo religioso (MARTÍN VELASCO, 1978: 250-251). Es muy complicado para poder llevar adelante sus planteamientos, comprendiéndolos e interpretándolos: descubrir todas sus relaciones internas; manifestar su posible estructura; clarificar el hecho religioso para llegar a una dimensión inteligible de su filosofía de vida, porque mantiene muchas veces un conjunto de elementos contradictorios.

Esto sucede muy a menudo cuando se integran diversas corrientes de pensamiento, dentro de un sistema filosófico que recogen distintas ideas, diferentes pensamientos, expresiones divergentes. Por esa razón, el Budismo no es un todo uniforme. De aquí que la posesión de un mayor conocimiento de índole superior queda relacionada con una interpretación del destino del hombre, sitúa a Buda, en una posición muy importante y decisiva. Posee la palanca de su propia liberación inmediata y, además, no le falta la tentación del maligno que le aconseja deliberadamente mal. Las Cuatro Nobles Verdades, cuyo conocimiento (GUERRA GÓMEZ, 2010: 229-230), proponen al hombre un itinerario seguro de liberación, al cual está totalmente volcado para encontrar la liberación definitiva. Pero esta liberación no es fácil.

De otro lado, aparece la compasión, que une al Perfecto con los seres que se encuentran atrapados en la mayor de las ignorancias. A este camino se unirán gran cantidad de espíritus compasivos que se unirán, en el umbral de la liberación, renunciando al descanso perfecto y aceptan la reencarnación mientras existe una sola criatura que no haya sido liberada. De esta manera podemos ver cómo entre los fieles del budismo, se crean lazos afectivos, que desde el esfuerzo personal por dicha liberación llegan a una nueva realidad comunitaria, mucho más amplia y fuerte (EQUIPO DE REDACCIÓN PAL, 1980: 65-66).

Ante tantas diferencias que se dan en la apreciación sobre la experiencia religiosa budista en las Cuatro Nobles Verdades (MARTÍN VELASCO, 1978: 262-265), emerge, ante todo, la ausencia de Dios sin aparecer lo divino o trascendente. Una experiencia religiosa, sin Dios, ni dioses, que dimana de la experiencia personal y humana de Buda. De aquí, podemos plantear los tres principios que son capitales, tanto en el adiestramiento como en la disciplina del budismo (MORALES DE CASTRO, 2003: 255-259): la sabiduría, la conducta ética y la disciplina mental.

En cuanto a la sabiduría implica la Recta comprensión y el Recto pensamiento. La Recta comprensión es la aprehensión de las Cuatro Nobles Verdades (GIRA, 1994: 33-34). Es la aceptación de la ley de la causalidad. Es el entendimiento de la impermanencia. El Recto pensamiento es comprender con desapego, amor, renuncia y no violencia, es decir, con plena

sabiduría. Así se evitan pensamientos de apego, malevolencia, odio e intransigencia, y de esta manera, se evita la ignorancia. En cuanto a la conducta ética implica: la Recta palabra, la Recta acción y los Rectos medios de vida. Por eso, la conducta ética está basada en la vasta concepción del amor universal y la compasión hacia todos los seres vivientes, que constituye el fundamento de la enseñanza del Buda. De esta manera, la Recta palabra es abstenerse de emplear formas de lenguaje erróneas y perniciosas, de hablar negligentemente, de mentir, difamar, calumniar o dañar a otros, y cultivar las palabras amistosas, benévolas, agradables, dulces, significativas y útiles. La Recta acción es cultivar una conducta moral honorable y pacífica, absteniéndose de matar, robar, relaciones sexuales ilegítimas y llevar a cabo tratos deshonestos. Por último, los Rectos medios de vida es ganarse la vida de forma honorable, irreprochable e inofensiva, evitando cualquier profesión que pueda ser nociva de alguna manera para otros seres vivientes.

En cuanto a la disciplina mental incluye: el Recto esfuerzo, la Recta atención y la Recta concentración: a) El Recto esfuerzo implica los cuatro siguientes esfuerzos: impedir el surtimiento de pensamientos malos; apartar los pensamientos malos ya surgidos en la mente; cultivar el surtimiento de los buenos pensamientos; mantener los buenos pensamientos ya surgidos. Cultivar con atención el *Dhamma*; b) La Recta atención implica los cuatro estados de atención mental: prestar diligente atención al cuerpo; prestar diligente atención a las sensaciones y las emociones; prestar diligente atención a las actividades de la mente; prestar diligente atención a las ideas pensamientos, concepciones y cosas, es decir el *Dhamma*; c) La Recta concentración es la disciplina que nos conduce a las cuatro etapas de *dhyana*, o absorción. En la primera etapa se abandonan los deseos y pensamientos apasionados e impuros. En la segunda, ya desaparecidas las actividades mentales, se desarrolla la tranquilidad y la *fijación unificadora de la mente*. En la tercera surge la ecuanimidad consciente y en la cuarta desaparecen todas las sensaciones, tanto de dicha como de desdicha, de alegría y de pesar, permaneciendo en un estado de ecuanimidad y lucidez mental (LADEVEZE PIÑOL, 2013: 117-120). Este Noble Óctuple Sendero puede ser seguido, practicado y desarrollado por cada individuo. Es disciplina corporal, verbal y mental (Budismo, 2023). Se trata de un Sendero que conduce a la aprehensión de la Realidad última, al logro de la liberación, de la felicidad y la paz, mediante el autodesarrollo moral, espiritual e intelectual. Es el itinerario de comprensión de los seguidores de Buda.

La Iluminación, tras un largo y laborioso proceso, dejando a un lado todas las ataduras, se va abriendo poco a poco un itinerario que avanza progresivamente hacia la meta final que es esa iluminación superior hasta llegar al completo desprendimiento. Casi podríamos decir, que desde nuestra intuición occidental sería una especie de desaparición o aniquilamiento personal. Se trataría, más bien, de un concepto psicológico que se ha de experimentar como un estado de conciencia o conocimiento espiritual de orden superior, mucho más allá de la vida personal consciente (JAMES, 1975: 96-97).

El budismo tiene como objeto fundamental, la llegada a la liberación, que nunca se trata de una simple inhibición o huida, del sufrimiento y sus causas, lo cual, nos conduce inexorablemente a lo que se llamaría Iluminación. Todo este proceso asumido por cada individuo, como consecuencia de la praxis budista, tiene sus efectos palpables y evidentes sobre la vida cotidiana, en lo que respecta a nuestra propia salud tanto física como mental,

que deriva a la interacción benéfica de todo ello con el entorno en el que se mueve, resultando ser muy notables y evidentes. Por eso la práctica de la meditación puede llevar a una mayor claridad mental y una mayor paz interior, que tiene como consecuencia, una mayor capacidad para gestionar mucho mejor las emociones conflictivas que originamos en nosotros mismos o se originan en nuestro alrededor y que suelen ser, con bastante frecuencia, fuente y origen de numerosos conflictos, tanto personales como sociales. La eficiente gestión de nuestras emociones y el llamado pensamiento discursivo que las envuelve puede ayudarnos enormemente, a saber, tratar mucho mejor nuestra vida cotidiana con las apreciables dificultades que se presentan en cada momento (*One moment, please...*, s.f.).

En esa liberación, la concepción del hombre y del cosmos, se van a encontrar directamente, sin ninguna clase de intermediarios. Por esta realidad nos situamos ante el problema budista del ateísmo. Por eso la especulación metafísica acerca del Ser absoluto, lleva a muchos a enseñar el escaso valor de los actos y sacrificios rituales. De ahí, se deduce que la felicidad del hombre sólo es verdaderamente auténtica cuando vive como la autorrealización de todas sus aspiraciones de poder comunicarse con lo Transcendente e incluso poder llegar a unirse con Él (EQUIPO DE REDACCIÓN PAL, 1980: 76-77).

En el budismo existe un camino, ese itinerario supone una trayectoria desde la ilusión a la ascesis; de otra parte, de la ascesis a la vía media; por último, del nirvana a la compasión. Por tanto, existe desengaño, existe lucidez, hay compasión. Este es el meollo del budismo. Se puede resumir diciendo que todo es sufrimiento y su causa es deseo; si se extingue se podrá llegar al nirvana a través del camino de Óctuple sendero: correcto ver y pensar; correcto hablar, actuar y vivir, correcto esfuerzo, atención y concentración. No se puede pedir más ante una impresionante filosofía de vida. Este planteamiento del budismo no es falso, pero sí del todo insuficiente porque puede prestarse al malentendido de presentar un Budismo totalmente pesimista y evadido del compromiso con su entorno, con la sociedad en la que se vive y con el mundo. Las Cuatro Nobles Verdades suponen un planteamiento para percibirse de la realidad, salirse de las ilusiones, desavenencias y desconfianzas. Implican un tiempo para dar paso al mundo de la compasión y no dejar de lado al sufrimiento, el dolor, el conflicto que se haya presente en nuestra existencia. Pero esto no es más bien un estilo concreto de vida o de filosofía de la vida (MASIÁ CLAVEL, 1997: 11-12).

#### 4. DISTINTAS CORRIENTES DEL BUDISMO

A través de los tiempos, muchos han comentado sobre el conjunto de las Cuatro Nobles Verdades, para poder llegar a un pensamiento más armónico. Eso se ha reflejado en la aparición de distintas tendencias dentro del Budismo, que han dado lugar a otras visiones e interpretaciones. Entre las diversas líneas de pensamiento existentes dentro de la filosofía de vida del budismo, se encuentran las siguientes (Equipo editorial, Etecé, 2019):

- a) THEREVADA: La *doctrina de los ancianos*, es la vertiente más conservadora respecto al dharma o doctrina y vinaya o disciplina monástica, pues sólo el monje puede seguir el camino tal como se vive en esta tendencia. Se funda en los escritos considerados como expresión de la tradición

más antigua y, por tanto, los más fieles a la enseñanza original de Buda. El ideal al que hay que tender es al *Arhat*, ser digno de respeto, pues ha superado todo lo que le ataba al común de los hombres en la mayor ignorancia espiritual. Es propio del sudeste asiático y se desarrolló tempranamente en Sri Lanka y luego se expandió al resto de Asia.

b) MAHAYANA: El ideal al que tiende es el de la Iluminación suprema y está caracterizado por ayudar a los demás para alcanzarla. Esto ha hecho posible abrir esta filosofía de vida, a los que eran incapaces de consagrarse a las prácticas más difíciles, donde cada cual podía tener un corazón más abierto, devoto y confiado. Así todo hombre participa de verdadera naturaleza de Buda. Sólo la ignorancia de esta verdad es la fuente de la desdicha humana. Desde esta visión, se orienta a conducir al hombre a la conciencia profunda de lo que es él por su misma naturaleza (GIRA, 1994: 34-35). Practicado en China, Japón, Tibet, Corea, Vietnam y Taiwán, inició en el siglo I d. C. y comprende las enseñanzas de Buda más como un método que como una doctrina.

c) VAJRAYANA: Nacido del *Mahayana*, se diferencia de éste en la adopción de *métodos hábiles* o *upaya*, como los mantras, los tantras, mandalas y otras formas de visualización. Además, ser una versión del *Mahayana*, se nutre de elementos un tanto ocultos, mágicos y místicos. Se puede apreciar aspectos de la filosofía india, que influyó poderosamente en el Budismo como en el Hinduismo. Se encuentra alejado de las anteriores corrientes budistas del *Theravada* y del *Mahayana*. Trata de encontrar más allá de lo que se percibe de las cosas y de la realidad y así penetrar en el vacío existente, por medio del cual, el ser, es decir, la persona se llega a identificar con el absoluto. Tendrá sus propias técnicas (MORALES DE CASTRO, 2003: 283-284).

En el budismo nos encontramos con la dificultad de ver claramente, unificados y compenetrados los dos elementos característicos de la actitud religiosa que son: Por una parte, el mantenimiento de la trascendencia y, por otra parte, la relación *personal* que se entabla con ella. Posiblemente para conseguir esa plena compenetración de la Trascendencia y la personalidad del Misterio tengamos que esperar a la configuración del mismo presente en el monoteísmo (MARTÍN VELASCO, 1978: 269-270). En el conocimiento constante y progresivo del ideal budista seguro que estará la realidad espiritual. Por eso “si se excluye el hecho único en el que adoramos la huella y la presencia misma de Dios, el budismo es probablemente el hecho espiritual más importante de la historia” (LUBAC, 1951: 8).

## 5. TEXTOS SAGRADOS Y TRADICIONES

En el budismo agrupan el saber escrito en lo que se determina como canon. Además, en el Budismo de *Theravada* se utiliza el canon pali, llamado así por el idioma en el que están escritas, el Budismo *Mahayana* utiliza básicamente el mismo, pero ha añadido otros escritos a través del tiempo que no han sido considerados sagrados por la tradición *Theravada*. No obstante, la comunidad de *Theravada*, recopila una serie textos de muy diverso estilo y contenido, cuya fijación definitiva se produce en el tercer sínodo o reunión de Pataliputra, en el año 250 a. C, durante el reinado de Ashoka (EQUIPO DE REDACCIÓN PAL, 1980: 94-95). Se

procedió a la selección de los textos sagrados. El llamado canon Pali resultante se llama *Tripitaka* o los tres contenidos o cestas.

El canon Pali está compuesto por 3 partes (Budismo. Un estilo de vida, s.f.):

Primera, Vinaya: colección de textos concerniente a las reglas de conducta de laicos y monjes, con historias a propósito de cada norma y soluciones a los problemas explicadas por Buda. Conjunto de discursos y diálogos, que proporcionan un gran tesoro y sabiduría. Se trata de un código de disciplina con un determinado sistema de preceptos.

Segunda, Sutra: También llamado Sutta. Discursos atribuidos al Buda y a unos pocos de sus discípulos, con enseñanzas y prácticas. Es una casuística de índole filosófico-teológico. En definitiva, son frases, afirmaciones esenciales, que llevan implícita o explícita una verdad que debe ser develada a través de la reflexión.

Tercera, Abhidharma: colección de textos que subrayan la filosofía subyacente en los Sutras. Es una parte analítica, muy densa y eminentemente filosófica. Se trata de una enseñanza superior. Nos revela las diferentes maneras en las que podemos dividir y entender todos los fenómenos del mundo. Así podemos llegar a darnos cuenta, con mayor claridad, de la naturaleza más profunda de la realidad.

Por eso nuestro interés debe centrarse en el budismo, bien tomado en general o también en alguna de sus maneras especiales; de todas formas, sería incomprendible pasar por alto a las escrituras canónicas, si de verdad se quiere conocer al Budismo en todas sus posibles acepciones. Pues en ellas aparecen expresadas claramente las experiencias y la realidad trascendental de Buda y sus discípulos iluminados. Pero al mismo tiempo, es necesaria una comprensión previa para llegar a las descripciones, para poder llegar a conocer lo que el itinerario budista tiene como objetivo, incluyendo a las demás líneas de pensamiento y de meditación, lo que implicaría no tener ni aceptar los métodos para llegar a su definitiva consecución. La única salvedad para no seguir el estudio de las escrituras sería el apoyo y la vinculación directa con algún maestro ya iluminado, que estaríamos en la misma línea de la encarnación de dichas (*Budismo.com*, s.f.). Por tanto, esta situación es muy difícil que se pueda producir, por lo que es determinante el contacto con las escrituras sagradas. No cabe duda de que la praxis budista es un camino de espiritualidad, recogida dentro de una tradición de poder contemplar y practicar para salir de sí mismo y también de liberarse (MASIÁ CLAVEL, 1997: 12-13), aunque no siempre se pueda entender todo, por parte de todos, en su debida acepción o expresión personal.

## 6. LOS CINCO PRECEPTOS

Sin importar demasiado desde qué movimiento budista se vea la comunidad, esta se encuentra compuesta por laicos y monjes, aunque con el tiempo el budismo se ha ido adaptando a otras culturas, países, pero no han perdido los preceptos básicos que sirven para todos, para los monjes y laicos. Estos son:

1º Precepto de no dañar a las criaturas vivas intencionadamente. Es decir, no matar.

2º Precepto de no tomar lo que no me es dado. Es decir, no robar.

3º Precepto de no mantener una conducta sexual incorrecta o dañina con otros e incluso conmigo mismo. Es decir, no al apetito desordenado.

4º Precepto de no hablar de manera dañina como son la mentira, la ostentación, el cotilleo, conversación banal. Es decir, no criticar.

5º Precepto de no tomar intoxicantes, que alteren la mente y pongan en riesgo de romper los demás preceptos. Es decir, no a cualquier tipo de alcohol y drogas.

En definitiva, los cinco preceptos consisten en abstenerse de matar, robar, tener una conducta sexual inapropiada, tener conducta verbal inapropiada, y beber alcohol. De ahí que, el propósito de la ética en los fieles budistas es el de poder ofrecer un modelo de cómo actuaríamos si estuviéramos constantemente en contacto con lo mejor de nosotros mismos. Por eso, podemos afirmar que el criterio seguido por el planteamiento budista no tiene carácter teológico sino más bien es de orden psicológico. No existe el juicio y, por tanto, en las tradiciones budistas, la realidad de las acciones, pueden ser correctas o también incorrectas. Esto sólo depende del estado personal del individuo desde el instante en que se llevan a cabo. En el budismo, la virtud moral es la base del camino espiritual, aunque en sentido muy estricto, un apego rígido a los preceptos y a los votos se considera como una atadura constrictiva. La auténtica virtud libera del remordimiento y esto, a su vez, lleva desde la alegría y el júbilo a la serenidad meditativa y a la liberación total (LADEVEZE PIÑOL, 2013: 120-121).

En esta tradición budista, las escrituras no son sagradas, en sí mismas, pues fueron *reveladas* directamente durante el periodo fundante. La preocupación por fijar estos primeros textos de carácter normativo, procuraron dar una unidad, especialmente en el primer siglo de la comunidad budista. El primer texto *Theravada*, se quedó estrictamente con el primer canon, mientras el *Mahayana*, incorporaría la doctrina de otros maestros ya posteriores (MELLONI RIBAS, 2003: 70-71). Por esta razón, no es posible del todo de hablar de libros sagrados sino más bien de tradiciones recogidas de Buda (GUERRA GÓMEZ, 2010: 213-217). También debemos considerar que la bondad, el amor, la compasión, se han de considerar como una parte esencial del itinerario budista. Por eso alcanzar esas virtudes exige un alto grado de meditación que va unido al recto pensamiento. Se llaman *moradas divinas* (LADEVEZE PIÑOL, 2013: 122-123). De hecho, la denominación budista fue una creación occidental, para recoger a todos los que basculaban en torno a su gran figura y en sus enseñanzas. Así, se comprende que, desde ese momento, el budismo se ha visto desde este lado, como una unidad, pero la realidad posterior es que se ha roto en distintas modalidades o estilos de vida, como cualquier otra opción religiosa o espiritual (GUERRA GÓMEZ, 2010: 219).

De esta manera, el pecado es mayoritariamente reconocido como ignorancia. Se trató siempre de un *error moral*. La naturaleza no es moral, por lo que no posee un código moral a qué atenerse e incluso en última instancia, el pecado no es moral. Entonces, de acuerdo con el

pensamiento budista, el error personal no sería en esa instancia última moral, pues se trataría de un error impersonal y no de una violación de la norma moral pues es impersonal. Salva la situación haciendo desaparecer la opción personal de cada individuo. Para el pensamiento budista, el pecado se trata más bien, como un error, que una determinada transgresión contra la voluntad de Dios que es omnípotente. Esto puede chocar frontalmente con el cristianismo donde la comprensión del pecado no está en sintonía con la conciencia moral innata de que el hombre se condena por su pecado ante la santidad de Dios (*¿Qué es el budismo y en qué creen los budistas?* - *Eleditor.net*, s.f.). Pablo en carta a los Romanos 2, 12-16, dice: "En efecto, todos los que hayan pecado sin tener la Ley de Moisés perecerán sin esa Ley; y los que hayan pecado teniendo la Ley serán juzgados por ella, porque a los ojos de Dios, no son justos los que oyen la Ley, sino los que la practican. Cuando los paganos, que no tienen la Ley, guiados por la naturaleza, cumplen las prescripciones de la Ley, aunque no tengan la Ley, ellos son ley para sí mismos, y demuestran que lo que ordena la Ley está inscrito en sus corazones. Así lo prueba el testimonio de su propia conciencia, que unas veces los acusa y otras los disculpa, hasta el Día en que Dios juzgará las intenciones ocultas de los hombres por medio de Cristo Jesús, conforme a la Buena Noticia que yo predico". Entonces, dado que, el pecado es un error de tipo impersonal y corregible no se asemeja a la visión cristiana. De esta manera, en el planteamiento budista, no existe la necesidad de un Salvador para rescatarnos del pecado.

Así, podemos decir, que los budistas no adoran ni a un dios ni a varios dioses. En muchas ocasiones, la mayoría de las personas suponen que los budistas adoran a Buda. Pero ya sabemos que Buda nunca se proclamó una divinidad y entre los budistas no existe la noción de un ser supremo. Todo lo que existe funciona por la ley natural. La vida tiene consistencia desde el dolor y el sufrimiento. Llegamos con dolor a este mundo; vivimos con dolor y enfermedad en esta vida y llegamos a la muerte desde la pena, el desasosiego y el miedo. Para gran parte de los fieles budistas, siguen creyendo que las personas siguen teniendo muchas vidas y reencarnaciones, motivada por el ansia de felicidad. Por eso la meta definitiva del budista es conseguir purificar el corazón; buscar la pura felicidad y desechar todos los deseos. El budismo fue desacralizando y desdivinizando todo el panteísmo que poseía el Hinduismo e incluso todos los ciclos del universo. Fue así como construyó lo que se puede conocer como un conjunto cósmico, pues cree que el universo es eterno y será eterna e ininterrumpidamente sujeto a un gran proceso de degeneración hasta que llegue a la total degradación ética de las personas y de los pueblos. De ahí, se iniciará un nuevo ciclo del universo como ha sucedido anteriormente (GUERRA GÓMEZ, 2010: 235). Para los budistas, ser ateo o no, en realidad tiene muy poca importancia, de manera especial, en las enseñanzas reconocido por el propio Buda, puesto que lo fundamental es la integridad ética; la estructura moral; la intención de poder desarrollarse tanto mental como personalmente, y adquiriendo un espíritu de servicio para los demás. Por tanto, creer o no creer no resulta para nada relevante para un auténtico budista. El budismo se puede entender como fenómeno religioso, por medio del *misterio*, que le puede ayudar, a pesar de su *ateísmo* (LADEVEZE PIÑOL, 2013: 126).

## 7. CALENDARIO Y FIESTAS

Prácticamente Occidente se ha regido por el calendario gregoriano desde su reforma por el papa Gregorio XIII, en la Bula *Inter Gravissimas* (GREGORIO XIII, 1582: 386-390), en 1582. Del 4 de octubre del calendario juliano se pasó al 15 de octubre del calendario gregoriano. Pero con ciertas diferencias pues el gregoriano es solar y el budista es lunar. Aun así, existen diversos calendarios budistas, pero la mayoría toman como referencia para calcular su cronología el nacimiento de Buda, acaecido en el año 543 a.C. El día del plenilunio del mes de mayo, de cada año, es el día más sagrado para los budistas, que celebran en esa fecha el nacimiento, iluminación y muerte o tránsito de Buda. De aquí que, el año nuevo comienza el día 3 de febrero, mientras que, por ejemplo, los tibetanos lo hacen el 18 de febrero. Por otra parte, tanto el nacimiento y deceso de Buda se estableció en las mismas fechas para todos: el 15 de febrero y el 13 de mayo, de forma respectiva. Para el cálculo del año budista se suma 543 al año correspondiente de nuestra era, es decir de Jesucristo. Así el año 2023 + 543= 2566, año del calendario budista. Los años budistas tienen nombre de animal. La duración del ciclo lunar es de 29,54 días de duración, muy cerca de 29,5 días. Por eso las fiestas budistas no tienen fechas fijas asignadas. Las tradiciones en el calendario budista son muchas, tanto locales como las que se llaman vacacionales. Todas varían de un país a otro, según el grupo étnico al que se pertenezca. En la mayoría de los países del mundo, los días santos están sincronizados con las fases de la luna. Por lo tanto, varían de un año a otro en relación con el calendario gregoriano. En el calendario budista, las fiestas (MORALES DE CASTRO, 2003: 299-303) que se celebran son: (*Calendario Budista / Calendario Web*, s.f.):

- El día de *Nirvana* se lleva a cabo a mediados de febrero. Conmemora la muerte de Siddhartha Gautama, el Buda.
- El día de *Año Nuevo* es el mismo que en China, Corea y Vietnam, y corresponde a la Luna Nueva en Acuario.
- El día de *Wesak* es el cumpleaños de Buda, que cae en abril o mayo. En algunas tradiciones, el *Wesak* celebra el nacimiento, la iluminación y la muerte del Buda.
- El día de *Khao Pansa* marca el comienzo de la llamada Cuaresma budista. En algunos países es el día preferido para que los hombres budistas sean ordenados como monjes. Se celebra en la Luna Llena del octavo mes lunar, típicamente julio.
- El día de *Boun Ok Pansa* marca el final de la Cuaresma budista. Está al final de la temporada de lluvias, en octubre.
- El día de *Bodhi*, a principios de diciembre, celebra la llegada a la Iluminación de Buda en 596 a.C.

La distinción entre el calendario solar y el calendario lunar es lo que dificulta para enmarcar las festividades budistas en un día concreto del calendario al que normalmente se está acostumbrado, pues, debe tenerse en cuenta que, en estas celebraciones religiosas o rituales, hay que ceñirse estrictamente a la tradición milenaria, a los textos originales en los que se sustentan y que se apoyan sus comentarios.

## 8. CEREMONIAL, PROTOCOLO Y COSTUMBRES SEGÚN EL BUDISMO

Para cualquier acto que se vaya a celebrar dentro de la praxis budista, en general, los fieles budistas, deben tener en cuenta y, por tanto, es necesario saber una serie de ritos para llevarlo a cabo. Es preciso mostrar siempre una discreción absoluta en todos los ámbitos de la existencia. Respecto a la vestimenta, se recomienda llevar una ropa muy cómoda y amplia. Su uso no debe llamar la atención, aunque ellos vistan con colores muy vivos como el amarillo y el rojo, normalmente el color y la forma son totalmente indiferentes. Respecto a la comida no se deben utilizar alimentos y especias demasiado intensas como la cebolla, el ajo, etc. Respecto a las oraciones, se recomienda encarecidamente que se estudie previamente la fonética, pues en este tema suelen ser muy exigentes, sobre todo en su pronunciación, ya que ellos mantienen la tradición de entender y pronunciar el lenguaje como algo sagrado. Respecto al cuerpo, los pies se consideran poco nobles, al estar en contacto con el polvo, el suelo. Por esa razón no deben tocarse nunca y menos a una autoridad como pueden ser los monjes o el Lama (*Protocolo en la Gompa (templo budista)*, s.f.). Los monjes suelen utilizar túnicas de color naranja. Todo este proceso es muy estricto.

Respecto al tema de la ropa más ceremonial se encuentra la *Khata*, se trata de un chal dorado de la cultura budista, muy tradicional en el Tibet. Esta prenda tiene un gran simbolismo en dicha cultura: es una ofrenda de bienvenida y de intercambio entre dos personas y encierra un mensaje de paz, pureza y compasión. Se honran así a las grandes personalidades, demostrándoles respeto y rodeándolos con amor y la divinidad en la que creen. La *Khata*, que también recibe el nombre de *mascada*, se utiliza siempre en todo tipo de ceremonias. Suele ser de color blanco, pero también naranja o amarillo dorado. Para la asistencia a cualquier acontecimiento o evento budista se han de tener en cuenta los siguientes aspectos:

En primer lugar, será necesario descalzarse y comportarse de forma higiénica en todo momento y en el marco donde se desenvuelve el acto. Es el momento del inicio de las ceremonias y ritos a los que se puede asistir, sin problemas.

En segundo lugar, en la sala de meditación cada uno *ocupa el lugar designado*. Hay que tener en cuenta, que el Lama ocupará el trono que suele estar siempre en el centro o en su defecto, a la izquierda del altar. Los monjes ocuparán el lugar preferente, y después los laicos.

En tercer lugar, antes de que llegue el Lama todos los demás ya están ocupando su sitio, que será siempre en el suelo sobre un cojín. Es decir, el Lama es el último en entrar, al ser la máxima autoridad, que se refleja en su atuendo con la *Khata*.

En cuarto lugar, todos los asistentes a la ceremonia se ponen de pie para recibir a la máxima autoridad que es el Lama, con su gran atuendo de la *Khata*, como signo de autoridad y de prestigio ante la asamblea reunida.

En quinto lugar, al aproximarse al altar, el Lama, hace una *triple postración*, lo que se denomina postración media, es decir, se agacha hasta tocar el suelo con la cabeza, como hacen otras culturas, como los musulmanes. Una vez acabada, se sienta en el trono, después hacen la postración los monjes y monjas, y finalmente los laicos.

En sexto lugar, se inicia la jornada con la *toma de refugio*, esta tradición es común a todas las ramas del budismo. Es la orientación básica de nuestra vida. Es un cambio de actitud hacia la vida. Es el estado mental para dar una dirección segura a nuestra vida.

En séptimo lugar, cuando al *finalizar* el acto religioso, el Lama (MELLONI RIBAS, 2003: 150-151) bajará del trono, hará tres postraciones, como despedida y agradecimiento, y saldrá del salón. Después los monjes harán tres postraciones y saldrán. Por último, los laicos harán lo mismo (*Protocolo en la Gompa (templo budista)*, s.f.).

En las mediaciones existentes en el ideal budista, quizá sean los monjes los que se encarnan como entrega completa a este trabajo interior y que el budismo convierte en arquetipo de vida de lo humano (PANIKKAR, 1996). De aquí que, el título de Lama proviene de grande, es decir, alguien que está por encima, al que nadie puede compararse. Se trata de un reconocimiento y respeto hacia una persona que se ha consagrado totalmente a su desarrollo espiritual y alcanza cierto grado de transformación y, además, enseña a otros a alcanzarlo (MELLONI RIBAS, 2003: 151). Para aquellos laicos que siguieron a Buda, se congregaron los fieles seguidores del maestro, que estaban obligados por diez votos: no matar, no robar, abstenerse de impureza, falsedad y alcohol, no comer en tiempos prohibidos, abstenerse de bailar, cantar, tocar instrumentos de música y abstenerse del teatro, no usar adornos, ni dormir en una cama alta o espaciosa y no recibir oro ni plata.

Por otro lado, los monjes (MARTÍN VELASCO, 1978: 253-254), que estaban obligados al celibato y la pobreza, y fueron llamados, en la antigua manera hindú, *bhikkus*, o mendigos, podían ser recibidos como novicios a la edad de siete u ocho años, aunque no podían ser ordenados antes de tener veinte. Dos veces al mes los monjes de cada monasterio se reúnen para la confesión de sus pecados y se retiran anualmente en la época de lluvias, tanto para descansar de las peregrinaciones del año anterior como para obtener nueva fuerza para la etapa venidera (*Iglesia Evangélica Pueblo Nuevo*, s.f.).

Respecto a la oración, se puede plantear que los budistas, en general, en particular desde sus orígenes no oran. Son practicantes de la meditación, que como hemos dicho, es una concentración intrapsicológica, pero nunca la oración de súplica o de petición, que es la manifestación clara y precisa del sentido religioso, de la creencia en la divinidad. Con posterioridad algunas ramas de la filosofía budista han llegado para tener en cuenta, ciertas fórmulas de oraciones de petición pero que se convierten en meras repeticiones recogidas en el tiempo. Aparecen deidades, unas veces son apacibles, otras terribles, lo que hace viable la existencia de demonios tan innumerables como las posibles ilusiones de lo sensorial que se proyectan sobre su propia existencia. La idiosincrasia de las ideas budistas explica, de un lado, la existencia de telas y banderas de oraciones que sujetas a una cuerda y un palo de bambú, se modulan con el viento en los campos próximos de los templos; de otro lado, los famosos molinillos de oración a la entrada de los templos y que los budistas y devotos hacen girar en el sentido de las agujas de un reloj. En ambos parecen inscritas las oraciones, que se elevan a las divinidades, que se abaten y giran al viento, aunque ellos ya no estén (GUERRA GÓMEZ, 2010: 235-236).

El budismo plantea la búsqueda interior para alcanzar la liberación de los deseos, la conciencia individual y la reencarnación, que es lo que ellos denominan alcanzar el nirvana y para lograr estos se hacen diversos ritos (*Ritos del Budismo...*, s.f.):

- Genuflexiones: Se trata de uno de los rituales piadosos que realizan los devotos y monjes para rendir culto al Buda, ésta se puede hacer de dos formas distintas: en primer lugar, una en la marcha donde el devoto se detiene, recita el mantra universal, se recoge juntando sus manos frente al pecho y luego levantándolas hacia arriba por encima de la cabeza y da un paso hacia adelante; después baja las manos a la altura de la cara, da otro paso hacia adelante, lleva las manos al pecho; mientras da el tercer paso, separa las manos e inclina el busto hacia el suelo, se arrodilla y después extiende todo su cuerpo y toca el suelo con la frente. Terminado el ritual, se levanta y repite los movimientos ya descritos. Además, la otra reverencia se realiza tocando el suelo con todo el cuerpo, normalmente se hace en un monasterio o lugar sagrado, siendo típica del monje, siguiendo el mismo procedimiento que el anterior.
- Molinillos: Son los conocidos como molinillos de oraciones. Se ven en todos los monasterios budistas, en sus accesos para la visión de los devotos y fieles del budismo. Se trata de un rito que consiste en envolver en telas, pieles y ricos brocados, los molinillos de madera o de cobre, en cuyas superficies se encuentran los mantras de oración y el interior está lleno de *sutras*. En el ideal budista, los molinillos giran y giran por la fuerza del viento, supone leer todos los *sutras*, que se encuentran en su interior y así de esta manera los fieles budistas pueden acumular premios, méritos y satisfacciones. Por tanto, a mayor número de vueltas, mayores son las oraciones, que proporcionarán grandes beneficios, siendo el más importante el eliminar aquellos obstáculos que impiden alcanzar la iluminación. Su objetivo fundamental, realizando esta práctica, sería aliviar aquellas miserias que tienen las personas. De ahí, la compasión, la paz, la bondad se irradian mediante las bendiciones de los mantras, dentro de esas ruedas de oración, unidas a la intención y la concentración de los devotos.
- Ritos en general: El budismo se ha considerado, desde diversos puntos de vista, más como una filosofía de vida que una religión. Su objetivo es llegar a las flaquezas y a las debilidades de los individuos y lograr que estas sean superadas por medio de la meditación, con la finalidad de conseguir la sabiduría suprema. Esto supone, establecer una serie de ritos y reglas para que cada uno pueda purificar su ser, a través del ejercicio espiritual permanente y así reconocer, aceptar y transformar sus propios errores. Los ritos en los budistas tienden a promover el reconocimiento pleno de cada persona para que pueda alcanzar esa sabiduría. El nirvana, tan conocido en el budista, no es más que una clara liberación de los deseos, la conciencia personal, y por supuesto, la reencarnación, que se logrará por medio de estos ritos sacros (GUERRA GÓMEZ, 2010: 236). Budistas pueden ser todas las personas, sin limitaciones de razas o condiciones sociales, pero da la sensación de que sólo pueden ser budistas consecuentes aquellos que pueden llevar adelante un proceso de superación interior de los propios deseos, cuando a la mayor parte de ellos, les sería imposible de lograrlos (PIKAZA, 2004: 136). Sería bueno intentar conseguir un mayor acercamiento a las premisas doctrinales, por medio del estudio más profundo y abierto de la paz.

## 9. EL MATRIMONIO O BENDICIÓN DE LA PAREJA EN EL CONTEXTO BUDISTA

En el budismo se da mucha importancia al encuentro social preestablecido o predestinado, es decir, la conexión de personas a través de lazos que escapan a la idea del tiempo, del espacio y de la voluntad. Por eso mismo la unión de dos personas a través del matrimonio es explicado en el Budismo como el mejor ejemplo de este encuentro ya previsto y predestinado. Se trata de una relación que ha estado ligada desde mucho antes de que ambos se conocieran e incluso de que vinieran a este mundo. Esta filosofía de vida explica la alianza conyugal como obra de Buda y como tal, la pareja debe seguir sus pasos y enseñanzas para hacer que la relación crezca en la virtud. En las escrituras budistas se mencionan los cinco deberes que deben cumplir los casados, como son: compartir las obligaciones conyugales, respetarse mutuamente y lograr la armonía. Sobre el divorcio se posee una postura negativa, ya que con la separación se está negando la fuerza del destino y a la vez se rompe el lazo concertado por Buda. No obstante, en caso de que la ruptura conyugal sea inevitable, este estilo de vida muestra un cierto grado de tolerancia y aconseja olvidar el pasado para reiniciar una nueva vida más plena y fructífera que la anterior. De esta manera, el matrimonio es otra forma de maduración personal que implica mucha paciencia, perseverancia y sobre todo comprensión respecto al otro. La pareja debe orar para ser iluminada por Buda y esforzarse día a día para alcanzar el ideal budista del matrimonio. La ceremonia matrimonial en el budismo se rige de una serie de pasos:

El inicio de la ceremonia inaugural comienza con la entrada del monje que oficiará la boda, seguida por los novios. Luego se anuncia a Buda sobre el propósito de la pareja de formar un hogar y ambos piden la bendición de Buda, para que juntos se unan en fiel compañerismo durante toda la vida y logren un matrimonio ideal, dentro de los principios de su vivencia budista. Realizado este acto sobreviene la reverencia mutua entre los novios y la ofrenda floral. El novio le entrega cinco flores al monje y a su vez este último las ofrenda al lado este del altar. La novia por su parte dona dos flores al novio, quien se encargará de hacerlas llegar al monje, que preside la ceremonia para que las ofrende al lado oeste del altar. Después de este rito, tiene efecto el compromiso y la declaración matrimonial, con lo cual se testimonia ante todos los presentes el nacimiento de la nueva pareja. Los últimos procedimientos de la boda budista son las palabras de felicitación del monje que ofició la ceremonia, la canción para los novios y el compromiso de estos de difundir las enseñanzas budistas y buscar y llevar una vida plena en busca conjunta de la Iluminación. Los novios, se deben colocar juntos, en una postura de total y máximo respeto, la conocida wai, para recibir la bendición del monje budista. Verdaderamente, no es un rito de boda, sino más bien un rito de bendición de una pareja (*Etiqueta, Protocolo y Ceremonial en Bodas*, s.f.).

De esta manera, este estilo o filosofía de vida no cuenta con ningún rito matrimonial propio, más bien se toman de las diferentes tradiciones, teniendo en cuenta que este estilo tan particular, se encamina sobre todo al plano cultural y espiritual del mundo de Extremo Oriente. Así la liberación de los deseos, de la conciencia individual de los novios, la reencarnación, que se alcanza mediante la meditación y la iluminación, junto con ese camino hacia el interior, esté determinado por lo que marquen los monjes en sus predicciones astrológicas de los novios. Estos son ungidos, por el monje con polen y agua bendecida y como ofrenda se presenta comida a Buda y a los monjes (*Boda por el rito Budista Ceremonia Protocolo Desarrollo*, s.f.).

## 10. EXEQUIAS Y FUNERALES BUDISTAS

La muerte en el budismo, al igual que otros muchos aspectos de la vida cotidiana para sus fieles seguidores, mantiene como punto de partida más importante la meditación. Es la única manera que se percibe, en el estilo de vida budista, de afrontar la muerte. No es más que una etapa en nuestro diario caminar; supone, ante todo, que nos conozcamos a nosotros mismos; que sepamos cómo recorrerlo en cada instante, pues mirando a nuestro interior sabremos la forma más acertada y adecuada, tanto de vivir como de morir. Fuera del budismo, lo más habitual es que las personas no estén preparadas para afrontar la muerte. Es complicado prepararse para algo que no sabemos cómo es, que no está planificado, a excepción de determinados casos, como una enfermedad terminal o los cuidados paliativos que se adelanta la situación, la manera budista de poder vivirlo de forma positiva es prepararnos para ello a un nivel mucho más profundo. La meditación y la contemplación proporcionan una paz interior que ayuda en situaciones límite de la vida. Independientemente de si cada uno de sus practicantes contempla el final de la existencia física como el inicio de una nueva vida o no, el estado de abstracción alcanzado permite no solo pensar en ello como un sufrimiento, que persiste a lo largo de la vida, sino como algo que es inevitable en nuestra existencia, en la que todo cambia, se transforma y nada es estable y definitivo (*La muerte en el budismo: enseñanzas y formas de afrontarla*, s.f.).

Para los fieles budistas, la muerte es simplemente el inicio de otra vida distinta que se va a ir repitiendo de manera continua hasta llegar al *Nirvana*. Esto solamente ocurre cuando la persona llega a tener la necesaria sabiduría de carácter espiritual para entender la Verdad. De esta manera el *Nirvana*, no se puede clarificar de ninguna forma, pues es igual de difícil como es llegar a comprender la Verdad. Para los budistas, los ritos funerarios son *ritos de paso*. Ante la persona en la que es inminente el tránsito o muerte o ha fallecido, se lee el llamado *Libro de los Muertos*. Son *notas o pistas* que servirán al fallecido, en el *estado intermedio*, entre las dos vidas, denominado *Bardo*; este proceso durará cuarenta y nueve días, tiempo durante el cual es común ofrecer una serie de bebidas y alimentos al espíritu del que ha muerto, mediante ofrendas, de la familia y amistades. El sistema más común para los budistas es la incineración, aunque también se practica la inhumación o el sepelio en el agua.

Otra variedad menos frecuente, de las zonas profundas de Oriente, es dejar los restos para que la acción natural vaya descomponiendo el cuerpo, según los elementos de la misma naturaleza, es decir: fuego, tierra, agua y viento. En los funerales se inician con la oración a Buda. Al difunto se le ha de cubrir con un sudario el rostro y nunca se le toca para que no existan interferencias en todo el proceso. Este lapso es de tres días. Posteriormente se le coloca en un ataúd y a continuación se hace el velatorio. Antes de la incineración, o cualquier otro sistema que se le vaya a realizar, se hacen otras ceremonias de índole más particular, aunque puede ser pública. Se hacen reuniones en la casa familiar, pues la muerte posee un acento social, y sirve para desterrar penas y temores por medio de la amistad.

Los monjes si acuden al funeral es para entonar cánticos, pero no necesario que estén en todo el funeral. Transcurrida una semana, se celebra una nueva ceremonia en honor al fallecido, y otra como *despedida final*, cuando han pasado cuarenta y nueve días. En numerosas ocasiones

se lleva a cabo una ceremonia funeraria anual, durante los próximos siete años y otra muy especial cada siete años, en el curso de los cuarenta y nueve años siguientes (Varona, 2009). Visto 28-04-2020).

## 11. LA EXPERIENCIA ZEN DEL BUDISMO

Cuando hablamos del Zen no es nada fácil llegar a una definición. Por así decir el Zen es el descubrimiento progresivo del ser de cada persona, de la parte original, que soporta de alguna manera toda la proyección de la actividad, anterior a cualquier representación de tipo mental. Los filósofos chinos suelen hablar de vacío, es decir, *vacío de mente*, traducción de *wu*, que significa *sin*, lo que aparece cuando la mente no queda atrapada en alguna actividad. Tanto, *vacuidad* como *vacío*, son expresiones que encontramos en todas las tradiciones místicas de la humanidad. El Budismo Zen es una de las sectas de la rama *Mahayana* budista que se generó a partir de la transmisión y de las interpretaciones de las enseñanzas de Buda. Se refiere a una aprehensión de estas enseñanzas por la mente, a unos criterios bien determinados. Más tarde puede ser considerado como un método para realizar lo que lo que llevó a cabo Buda. Por tanto, no puede ser confundido con la realización misma del *vacío de mente*. De ahí que, Zen y Budismo Zen no son lo mismo. El Zen no posee ni dogmas ni teorías. Se puede practicar y realizar a partir de contenidos diferentes de la mente, ya sea uno budista, teísta, ateo o sin tener ninguna posición particular (*Sobre el Budismo Zen - Fundación Zen de Colombia*, s.f.).

El Zen intenta llevar a la práctica y a la enseñanza el despertar del más allá, sobre cualquier doctrina, expresión, palabra, enseñanza, forma convencional de comunicación. Por eso, el Budismo Zen es, ante todo, una manera concreta, rápida y determinada forma de emitir la esencia de la experiencia de la deseada Iluminación y de acceder a ver las cosas tal como son apreciadas por cada uno. El Budismo Zen recalca que la mente o la conciencia es idéntica a lo que se percibe; pone un énfasis muy particular de la escuela filosófica llamada *Yogachara*. De acuerdo con esta doctrina para alcanzar la plena experiencia del despertar uno debe contactar directamente la naturaleza de la mente o la conciencia en su sentido más profundo. De ese modo el Budismo Zen (MELLONI RIBAS, 2003: 211-213) considera que la mente es idéntica a la realidad. Esto quiere decir que si queremos llegar a un pleno despertar tenemos que aproximar directamente aquello que nos permite percibirla, tenemos que aproximarnos directamente a la propia mente, esto se lleva a cabo a partir de la meditación. Igualmente, el Zen es la escuela de budismo que toma a la meditación como la vía directa para alcanzar el despertar. Todas las escuelas del budismo también toman la meditación como una práctica en vida y tratan, a través de ella, llegar a la plena realización; sin embargo, es el Zen entre todas las diferentes escuelas tradicionales la que toma a la meditación como la principal herramienta para llegar a conseguir esa finalidad (*¿Qué es el Budismo Zen? - Centro Budista de la Ciudad de México*, s.f.)

El Budismo Zen da señales claramente visibles sobre quienes lo practican y lo viven, especialmente porque con mucha frecuencia atrae a personalidades conocidas y eminentes

que aplican su filosofía o su estilo de vida a los campos de la política, la economía y a la cultura. Muchas de esas expresiones tangibles del espíritu Zen están ligadas a ejercicios como la famosa ceremonia del té, el judo, el arte de cuidar las flores, la pintura paisajística, el tiro de arco, la esgrima o la escritura. Todas ellas suelen llevar connotaciones de tipo espiritual o significación religiosa. El artista puede llegar a recoger y estimular su capacidad intuitiva por medio del arte. De esta manera, se manifiestan libre y de manera espontánea sin ninguna clase de restricción, en el universo del arte, de la poesía, de la pintura, de la escultura (MORALES DE CASTRO, 2003: 292-297).

## 12. EXPERIENCIA DEL YOGA EN EL HINDUISMO-BUDISMO

El yoga es un conjunto de prácticas físicas, mentales y espirituales originarios de la India y propagadas por todo el mundo. Combina ejercicios físicos y respiratorios. En el Hinduismo, representa también una especie de viaje iniciático destinado a experimentar un supuesto contacto con lo divino. Entendemos por yoga como el término proveniente del sánscrito que quiere decir *esfuerzo, unión*. El concepto tiene dos aplicaciones claras: de una parte, se trata de un conjunto de disciplinas físicas y psíquicas que se iniciaron en la India y que buscan alcanzar la perfección espiritual y la unión con lo absoluto; de otra parte, el yoga está formado por las prácticas modernas que provienen de la tradición hindú y que procuran el dominio del cuerpo y una mayor capacidad de concentración. Si se quiere llevar adelante una vida plena, será necesario satisfacer tres necesidades: primero está la necesidad física, que incluye la salud y la actividad; segundo, está la necesidad psicológica, que supone el conocimiento y el poder; tercero, la necesidad espiritual, que conllevan la felicidad y la paz. Si confluyen las tres se produce la armonía. El yoga enseña a cada persona a ir evolucionando mediante el desarrollo de una marcada autodisciplina. El yoga se puede comprender como la restricción de las emociones, que son simples variaciones de la mente.

En la filosofía hindú aparece lo que denominamos alma, que es impasible, sin emociones y la mente que es cambiante y con ansiedades (*Yoga en India - Origen, filosofía y donde practicarlo.*, s.f.). De esta manera, cuando se realiza la meditación hindú, la concentración de los pensamientos en un solo objeto es fundamental, además de tener un mantra, que será la palabra que inundará nuestro ser. Desde esta meditación habrá de acompañarse con yoga, ayuno y abstinencia, para así entrar en comunión con el cuerpo, espíritu y la mente. Generalmente, el hinduismo cree y sostiene que los ciclos de vida no terminan, las vidas son repetidas, pero no en las mismas circunstancias ni con las mismas personas. De manera que, el presente de la vida está determinado por sus esfuerzos y el *karma* es la sucesión de hechos de las vidas anteriores. La idea es buscar la verdad, esta verdad se encuentra en el yoga y en la meditación, todas las reencarnaciones se experimentan hasta que el espíritu es liberado del cuerpo (*Yoga Hindú: Historia, Poses, Meditación Y Mucho Más*, s.f.).

No son fáciles de entender las paradojas típicas del Zen como ¿Qué es el Buda? Son muchas las ocasiones que aparece el silencio de Buda. Hay un silencio simbólico, pero repleto de contenido, en la comunicación sin palabras del Zen o en los gestos elocuentes de las esculturas

budistas. El Vacío no equivale a la aniquilación o a la Nada, en el sentido nihilista. Así “cuando el Buda se niega a responder, no es por ningún motivo subjetivo; bien suyo o del interlocutor o de la naturaleza humana, sino en virtud de una exigencia de la realidad misma: no es un silencio metodológico ni pedagógico, sino óntico y ontológico. Su silencio no sólo cuestiona la respuesta, sino que invade la misma pregunta. No sólo calla, sino que también acalla” (PANIKKAR, 1996: 66). En la tradición Zen se insiste mucho en la gran importancia que tiene lo no dicho. Decir algo sin decir, solo sugerido, es la mejor manera de decirlo todo (MASIÁ CLAVEL, 1997: 16-17). En el mismo Occidente, a pesar de contar con una gran tradición de la teología negativa, es muy fuerte la resistencia al silencio. Recordemos el famoso silencio de Dios, en los últimos instantes de la Pasión de Cristo: “Dios mío, Dios mío porque me has abandonado”, en Mt 27, 45-46.

El yoga hindú y budista en sus distintas fases, necesita cuatro aspectos que son fundamentales: comprender mejor su acción y el funcionamiento desde la experiencia del yoga. Es preciso tener en cuenta una serie de pasos para llegar a su praxis (MELLONI RIBAS, 2003: 213-217):

#### 1º la Respiración o *Pranayama*.

En nuestra sociedad, el estrés, la ansiedad o el miedo pueden ser causa directa de una respiración deficiente o superficial. No sabemos bien respirar. Del mismo modo que, nuestro ánimo influye en nuestro modo trabajar, vivir y de respirar, la respiración influye en nuestro modo concreto de vivir. El oxígeno es la llave principal para varios procesos bioquímicos relacionados con el metabolismo celular y el abastecimiento de nutrientes. Su escasez en los procesos biológicos puede resultar letal, ya que conduce al deterioro del organismo. El yoga cómo controlar la respiración llevando oxígeno a todas las células de nuestro cuerpo.

#### 2º la Relajación o *Savasana*.

Muchos de los sistemas más modernos y sofisticados que ayudan a gestionar el estrés encuentran su fundamento en esta tradición. Una relajación adecuada de todos los músculos del cuerpo ayuda a rejuvenecer todo el sistema nervioso. Mediante la relajación metódica, se eliminan las tensiones neuromusculares, se estabiliza el ritmo cardiaco, se reequilibra el sistema nervioso autónomo, se apacigua la mente y se supera el nerviosismo y la ansiedad, juntamente con el estrés, que sigue siendo, hoy en día, uno de nuestros mayores problemas de salud.

#### 3º el Ejercicio o *Asanas*.

Nuestro cuerpo está diseñado para el movimiento casi de manera permanente. Si nuestro estilo de vida es sedentario y no provee el movimiento natural a los músculos y articulaciones, sobrevienen las enfermedades. El yoga físico es una completa y estupenda guía integral de la salud. Sus técnicas favorecen no sólo al organismo, sino también a sus funciones y a las energías. Las posiciones corporales, conocidas como asanas, permiten beneficiosos estiramientos y automasajes más profundos. Estas diversas posturas activan y potencian todo el organismo,

reequilibrar los distintos sistemas corporales, sosiegan el ánimo y armonizan todas las funciones y energías psicosomáticas.

#### 4º Meditación o *Dhyana*.

Somos lo que pensamos que somos, por lo tanto, el cultivo armónico de la mente potencia el pensamiento agradable, bueno y positivo que, contribuye favorablemente a una mente tranquila, ordenada y sosegada, procurando una excelente calidad de vida y conduce a una salud plena. La práctica regular y continuada de la meditación permite reposar la mente, ordenar las ideas, ajustar los ideales, tomar posturas, asumir compromisos y conducirla progresivamente a un estado de equilibrio interior que mejora sistemáticamente tanto el orden personal como mental y todo ello conlleva a una mejor existencia y la calidad de vida (Rubio, N. (2011, junio 2). Introducción al yoga).

### 13. CONCLUSIÓN

En primer lugar, el budismo no se le puede presentar como una religión, sino más bien como una filosofía o estilo de vida muy particular, que mantiene su ligación al sufrimiento, desde el nacimiento hasta la muerte, de manera que sólo se puede liberar una persona mediante el conocimiento que va más allá de lo comprensible.

En segundo lugar, se puede alcanzar a ver cómo empieza el budismo. Pues Buda, *Siddharta Gautama*, crea esta filosofía o forma de pensamiento, sobre la base del hinduismo, tomando prácticas, pensamientos e incluso divinidades pues Buda no es un dios. No obstante, tiene como dios superior a Brahma, que puede llegar a su gracia, por la meditación y el conocimiento.

En tercer lugar, Buda es un representante y nunca un dios. El budismo ha recogido muchos de los aspectos del Hinduismo y ha forjado una nueva realidad. Eso es algo que se suele dar en otras grandes religiones, las cuales han salido de otro tronco común, han abandonado sus prácticas anteriores y han elaborado otras más afines con su contexto y su proyección.

En cuarto lugar, ambas religiones, o mejor, filosofías de vida, poseen fuertes lazos entre ellas: budismo e Hinduismo, aunque ambos se diferencien, pues el Budismo no da una explicación creacionista pues su forma de entender la vida es el hombre como ser humano y, además, cómo se relaciona con los demás.

En quinto lugar, uno de los aspectos más importantes del budismo es el respeto por todas las formas de vida, pues todas las otorga la naturaleza, así no hay ninguna que valga más o menos que las demás. Por eso, no sólo, es necesario tener en cuenta la realidad física, sino también el recto uso de la palabra, evitando los sufrimientos de unos y otros.

En sexto lugar, ese sufrimiento se puede llegar a explicarlo, y esto se hace por medio del *Karma*, que se puede colegir cómo saber ofrecer el bien para recibir el bien. Es necesario hacer

siempre el bien, ello ayudará a toda persona a buscar el bien, trabajar por el bien y hacer el bien a todas las personas.

El séptimo lugar, asumir el axioma de actuar bien y se recibirá bien en el futuro. De igual forma, actuar mal y se recibirá mal. Se ve en esencia plantear lo mismo, pues si no quieres sufrir, no hagas que otros sufran. Es decir, trata a los demás como querrías que te trataran a ti.

El octavo lugar, sus creyentes suman más de cuatrocientos millones, cuya gran mayoría se encuentran en la República Popular China, Japón, Tailandia, la República socialista de Vietnam, República de la Unión de Myanmar (Birmania), República democrática socialista de Sri Lanka, República de Corea del Sur, Taiwán o República de China, Camboya y República de la India.

En noveno lugar, el budismo fue fundado en la India hace ya más de 2500 años y se fundamenta en las enseñanzas de Buda. Tiene tres grandes ramas: el Budismo *Theravada* y el budismo *Mahayana*. En el Tíbet, los seguidores siguen una forma de budismo conocida como *Vajrayana*, mientras que el Budismo Zen se observa normalmente en Japón.

En décimo lugar, los principios fundamentales de los budistas incluyen la no violencia, la pureza moral y el comportamiento ético. La meditación, el karma, la no violencia, el conocimiento juegan roles esenciales en la vida diaria de los budistas. La figura más conocida en el mundo budista es Tenzin Gyatso, actual *Dalai Lama*. Este exmonje, es un líder espiritual y exiliado del Tíbet y activista de la paz. Mantiene el tratamiento de *Su Santidad*.

No existe un solo budismo, sino expresiones y escuelas de Budismo, que desde diversos contextos culturales y diversas épocas han ido desarrollando, pero todos tienen el mismo punto de partida que el Buda histórico. Este carisma, evoluciona, cambia, y se va enriqueciendo paulatinamente, y llega a establecer el fenómeno religioso de las diferentes corrientes budistas actuales. De esta manera entre las diferentes mentalidades y en los contradictorios contextos culturales, esta experiencia religiosa se ha mantenido a través de los siglos como uno de los grandes fenómenos religiosos de la humanidad. En la actualidad sigue siendo un referente con una contribución propia a la espiritualidad religiosa de nuestro mundo. No cabe duda, que ha sido capaz de adaptarse a mentalidades diferentes y opciones más secularizadas (LADEVEZE PIÑOL, 2013: 132-133).

El budismo es una experiencia religiosa universalista y con fuerte dimensión misionera, con una gran capacidad de adaptación a diferentes lugares, contextos e incluso opciones personales. Han surgido con el correr del tiempo una gran diversidad de modos de entender este estilo de vida que han multiplicado las distintas corrientes, escuelas, sensibilidades y linajes del budismo. En la actualidad, se pueden delimitar tres grandes modelos de entender el budismo, que corresponden con tres zonas de Asia donde están implantados, teniendo en cuenta que, en la patria originaria del budismo, que es la India, que desapareció en el siglo XIII (*Observatorio del pluralismo religioso en España*, s.f.).

Una parte de los budistas han sido fieles a los aspectos de las enseñanzas de Buda sobre la divinidad: forman el Pequeño Vehículo o budismo *hinayana* (GUERRA GÓMEZ, 2010: 219-222).

Propone un camino de salvación únicamente individual y accesible sólo a los monjes. El resto de los fieles ayuda a los monjes con la esperanza de renacer como monje en la próxima reencarnación. Actualmente se extiende por Sri Lanka, Myanmar, Tailandia, Camboya y Laos. Otros muchos han conservado los dioses y ritos de las religiones anteriores a la llegada del budismo, invocando además al propio Buda como a un dios. Estos otros budistas, que son la mayoría, forman el Gran Vehículo o budismo *mahayana*. Ofrece un camino de salvación colectivo y accesible a todos, monjes y laicos. Se extiende por China, Corea, Vietnam y Japón.

Sin tener en cuenta las dos grandes corrientes, la rama del budismo más conocida en Occidente es el llamado Budismo *vajrayana* o vehículo del Diamante, también Budismo tibetano o lamaísmo. Admite múltiples divinidades. Propone un camino de salvación basado, sobre todo, en la repetición de fórmulas mágicas y mantras. Los monjes, que reciben el título de *Lama* o *Maestro*, son muy importantes. Está sólidamente implantado en el Tibet y Mongolia (*bmo5, s.f.*).

#### 14. BIBLIOGRAFÍA

- Arnau, J. (2007). *Antropología del budismo*, Barcelona.
- Arnau, J. (2011). *Leyenda de Buda*, Madrid.
- Arnau, J. (2017). *Budismo esencial*, Madrid.
- Blanco, A. (1998 y 2005). *El Dhammapada. El camino de la verdad*, Madrid.
- Cordovilla, A. Ed. (2013). *Cristianismo y hecho religioso*, Madrid.
- Equipo de Redacción PAL (1980). *Historia de las religiones*, Bilbao.
- Gira, D. (1994). *Las religiones*, Bilbao.
- Gregorio XIII (1582). “Bula Inter gravissimas”, en *Magnum Bullarium Romanum VIII* (24-02-1582) 386-390.
- Gross, R. (2005). *El budismo después del patriarcado*, Madrid.
- Guerra Gómez, M. (2010). *Historia de las religiones*, Madrid.
- Izutsu, T. (2009). *Hacia una filosofía del budismo zen*, Madrid.
- James, E.O. (1975). *Historia de las religiones*, Madrid.
- Ladeuze Piñol, L.F. (2013). Budismo, en Cordovilla, A. (Ed.), *Cristianismo y hecho religioso*, Madrid, pp. 105-133.
- Lubac, H. de (1951). *Aspects du bouddhisme*, Paris.

- Martín Velasco, J. (1978). *Introducción a la fenomenología de las religiones*, Madrid.
- Masiá Clavel, J. (1997). *Budistas y cristianos. Más allá del diálogo*, Santander.
- Melloni Ribas, J. (2003). *El Uno en lo Múltiple*, Santander.
- Morales de Castro, J. (2003). *Religiones del mundo*, Madrid.
- Panikkar, R. (1996 y 2005). *El silencio del Buddha. Una introducción al ateísmo religioso*, Madrid.
- Panikkar, R. (1996). *Elogio de la sencillez*, Estella (Navarra).
- Pikaza, X. (2004). *Violencia y diálogo de religiones*, Santander.
- Regamey, C. (1961). “Las religiones de la India”, en F. König (dir.), *Cristo y las religiones de la Tierra*, III, Madrid, pp. 214-278.
- Watts, A. (2002). *Budismo*, Barcelona.
- Watts, A. (2003). *El camino del zen*, Barcelona.
- Zotz, V. H. M. (2006), *Buda, maestro de vida*, Castellón de la Palma.

## 15. WEBGRAFÍA

bmo5. (s.f.). USIT-EP - Unión Sindical Independiente de Trabajadores. Empleados Públicos. [http://usitep.es/apf/reli/dc/budismo\\_03/budismo\\_5.htm](http://usitep.es/apf/reli/dc/budismo_03/budismo_5.htm)

Boda por el rito Budista Ceremonia Protocolo Desarrollo. (s.f.). <https://www.protocolo.org/social/bodas/boda-por-el-rito-budista-ceremonia-protocolo-desarrollo.html>

Budismo. (2023, 3 de octubre).

*Fundamentos de la atención POR: Budismo. La Iluminación Espiritual - Tu luz interior.*

<https://www.lailuminacion.com/fundamentos-atencion>

*Budismo.com*. (s.f.). Budismo en el CBCM. <http://www.budismo.com/articulos/tripitaka.php>

*Budismo. Un estilo de vida.* (s.f.). [Monografias.com.](https://www.monografias.com/trabajos28/budismo/budismo.shtml)  
<https://www.monografias.com/trabajos28/budismo/budismo.shtml>

*Budismo. Un estilo de vida.* (s.f.). [Monografias.com.](https://www.monografias.com/trabajos28/budismo/budismo.shtml)  
<https://www.monografias.com/trabajos28/budismo/budismo.shtml>

*Calendario Budista / Calendario Web* (s.f.) <https://calendarioweb.net/calendario-budista/>

Equipo editorial, Etecé. (2019, 14 de marzo).

*Budismo: información, principios, ramas y características.* Enciclopedia Humanidades. <https://www.caracteristicas.co/budismo>

*Etiqueta, Protocolo y Ceremonial en Bodas.* (s.f.). <http://etiquetaprotocolobodas.blogspot.com/2010/03/exposicion-n2-etiqueta-protocolo-y.html>

*Iglesia Evangélica Pueblo Nuevo.* (s.f.). [http://www.iglesiapueblonuevo.es/index.php?codigo=enc\\_budismo](http://www.iglesiapueblonuevo.es/index.php?codigo=enc_budismo)

*La muerte en el budismo: enseñanzas y formas de afrontarla.* (s.f.). <https://www.grupoasvserviciosfunerarios.com/apoyo-duelo/blog/formas-de-afrontar-la-muerte-en-el-budismo>

*Observatorio del pluralismo religioso en España.* (s.f.). <http://www.observatorioreligion.es/diccionario-confesiones-religiosas/glosario/budismo.html>

*One moment, please...* (s.f.). One moment, lease... <http://www.lahuelladigital.com/budismo-religion-o-filosofia/>

*Protocolo en la Gompa (templo budista).* (s.f.). Ceremonial Religioso. <https://ceremonialreligioso.wordpress.com/2016/03/16/protocolo-en-la-gompa-templo-budista>

*¿Qué es el budismo y en que creen los budistas?* - Eleditor.net. (s.f.). Eleditor.net. <https://www.eleditor.net/comportamiento-humano/que-es-el-budismo-y-en-que-creen-los-budistas/>

*¿Qué es el Budismo Zen?* - Centro Budista de la Ciudad de México. (s.f.). <https://budismo.org.mx/que-es-el-budismo-zen>

*Ritos del Budismo...*, (s.f.). <https://topmitologias.com/c-budista/ritos-del-budismo/>

Rubio, N. (2011, junio 2). *Introducción al yoga.* <https://www.lasociedadgeografica.com/blog/deporte/introduccion-al-yoga-sociedad-geografica-de-las-indias>

*Sobre el Budismo Zen - Fundación Zen de Colombia.* (s.f.). <http://www.fundacionzen.org/la-propuesta/sobre-el-budismo-zen/>

Varona, R. (2009, 18 de junio). *Ritos funerarios de la religión Budista*. La Vanguardia. <https://www.lavanguardia.com/20090618/54403340355/ritos-funerarios-de-la-religion-budista.html>

*Yoga en India - Origen, filosofía y donde practicarlo.* (s.f.). <https://laindiaincreible.com/yoga-en-india/>

*Yoga Hindú: Historia, Poses, Meditación y mucho más.* (s.f.). <https://hablemosdereligion.com/yoga-hindu/>



This work is licensed under a [Creative Commons Attribution 3.0 Unported License](https://creativecommons.org/licenses/by/3.0/)