

BUDISMO

BUDDHA - BUDISM

Contenidos

Artículos

Buda Gautama	1
Budismo	8
Budismo e hinduismo	21
Cuatro nobles verdades	29
Camino medio	32
Noble camino óctuple	34
Naturaleza de Buda	41
Samsara	42
Karma	44
Nirvana (espiritualidad)	49
Reencarnación	53
Renacimiento (budismo)	59
Cinco agregados	60
Anātman	61
Moksha	62
Trṣṇā	63
Canon Pali	64
Seis reinos del samsara	66
Diez reinos espirituales	67
Sánscrito	70
Jainismo	76
Mahāyāna	85
Budismo y ciencia	86
Theravada	88
Bodhicaryavatara	91
Yapa mala	93
Shinnyo-en	95
Budismo Shingon	97
Yāna	98
Atman	101
Samadhi	103
Barlaam y Josafat	106
Anexo: Los 28 Budas	108
Vairochana	110

Manjushri	112
Guan Yin	113
Bhaisajyaguru	115
Amitābha	117
Adi-Buda	120
Tara (budismo)	121
Śakra	125
Avalokiteshvara	126
Duḥkha	130
Vajrayāna	132
Mitología budista	133
Naga (mitología hinduista)	133
Árbol de Bodhi	138
Dhyana	139
Meditación	140
Yogachara	144
Escuelas budistas	145
Dharma	147
Rueda del dharma	149
Dharma-sastra	152
Sutra (budismo)	154
Sutra del Corazón	158
Sutra del Diamante	160
Abhidharma	162
Vinaya	164
Zen	165
Kenshō	175
Zazen	176
Kōan	178
Rinzai	180
Karesansui	183
Ceremonia del té japonesa	186
Haiku	189
Hanshan	198
Karate	199
Kyūdō	213
Budō	216
Aikidō	218

Gendai Budō	230
Kendō	231
Zafu	236
Taoísmo	238
Sōtō	243
Qì	249
Keisaku	252
Sumi-e	253
Ikebana	254
Shodō	257
Nō	258
Posición de loto	268
Dōgen	270
Daisetsu Teitaro Suzuki	271
Taisen Deshimaru	275

Referencias

Fuentes y contribuyentes del artículo	277
Fuentes de imagen, Licencias y contribuyentes	281

Licencias de artículos

Licencia	285
----------	-----

Buda Gautama

Buda Gautama	
<div></div> <div>Estatua de Buda en Seokguram (Corea del Sur).</div>	
Fecha de nacimiento	c. 563 a. C. ^[1]
Fecha de defunción	c. 483 a. C. (80 años) o 411 y 400 a. C.
Lugar de nacimiento	Lumbini (hoy en Nepal)
Lugar de defunción	Kushinagar, Uttar Pradesh (hoy en India)
Sánscrito	सद्धार्थ गौतम बुद्ध (Siddhartha Gautamā)
Pāli	Siddattha Gótama
Información	
Venerado por	Theravada, Mahayana, Vajrayana
Atributos	Sabio de los Sakya
Precedido por	Buda Kassapa
Sucedido por	Buda Maitreya

Siddhartha Gautamā (Lumbiní, hacia el siglo V – siglo IV a. C.) también llamado **Sakyamuni** (śākya-muni, el ‘sabio de los Sakya’) fue un importante religioso nepalí considerado el último buda histórico y fundador del budismo. En idioma sánscrito, el término *buddha* (बुद्ध) significa ‘despierto, iluminado, inteligente’.^{[2][3]}

Es una figura religiosa sagrada para dos de las religiones con mayor número de adeptos, el budismo (fue fundador del dharma budista y primer «gran iluminado») y el hinduismo, en el que se lo considera como la novena encarnación del dios Visnú, de acuerdo con el *Garuda-purana* y la vigesimoprimera y penúltima según el *Bhāgavata purāna* hacia el siglo XI d. C..

Aunque existen muchas leyendas, se concuerda en que fue un líder religioso conocido como Siddhartha Gautamā. Vivió en una época de cambio cultural en que se atacaban los procedimientos religiosos tradicionales de la India. Fue uno de los reformadores que dio un impulso renovador en el ámbito religioso dhármico que se propagó más allá de las fronteras de la India y terminó transformándose en una de las grandes religiones del mundo, el budismo.

Datación

Buda vivió a finales de lo que se conoce como periodo védico, esto es, cuando se fijó la composición del texto sagrado hinduista *Rig-veda* (creado hacia el 1500 a. C.).

La tradición considera que vivió entre el 543 (566 según otros) y el 478 a. C. aproximadamente.

El budismo posee su propio calendario lunar, que se inicia en el 543 a. C.

Sin embargo, publicaciones recientes no aceptan esa datación y fijan su muerte entre el 420 y el 368 a. C.^[4]

Primeros años

Nacimiento

Siddhartha nació en el seno de una familia noble del clan de los Sakya. Su lugar de nacimiento fue en Lumbiní, el reino de Kapilavatthu, una aldea del Terai (en el actual Nepal) que está a los pies de los montes Himalayas.

Según la tradición oral, Śuddhodana, el padre de Siddhartha, era el rey que gobernaba el clan de los Sakya. Por este motivo Buda también es conocido como SakyaMuni (śākya-muni, el 'sabio de los Sakya').^[5]

Su madre Maia Deví era una de las esposas del rey. Siddhartha fue el nombre escogido para el recién nacido, que significa 'la meta perfecta' o 'la meta de los perfectos'. La reina Maia, madre de Siddhartha, murió justo al nacer su hijo, que fue educado por su tía Payapati

Según la tradición oral, poco después de su nacimiento fue visitado por el brahmán Asita, un asceta de gran reputación por su sabiduría y por sus dotes para interpretar presagios. El sabio brahmán profetizó que Siddhartha llegaría a ser un gran gobernante o un gran maestro religioso, lo que consternó a Śuddhodana, que quería que su hijo siguiera sus mismos pasos y que un día le sucediera en el trono. Por ello su padre lo protegió de la dureza de la vida, fuera de palacio, para evitar que el hijo desarrollara su tendencia hacia lo espiritual. Pensó que el mejor modo de evitarle la tendencia a la religiosidad consistía en impedirle toda experiencia con el lado amargo de la vida, de modo que creó en torno de él una vida llena de placeres y con el menor contacto posible con el sufrimiento de la realidad.

Dice la leyenda que Maia fue fecundada por un pequeño y bello elefante provisto de seis colmillos que hirió delicadamente su regazo sin causarle dolor. Al nacer, el pequeño Siddhartha habría aparecido ante su madre sobre un loto mientras una suave lluvia de pétalos caía sobre ambos, y dijo: «Triunfaré sobre el nacimiento y la muerte y venceré a todos los demonios que hostigan al humano».

Según otra versión, Maia soñó una noche que un pequeño elefante con seis cuernos y cabeza de color rojo rubí bajaba del cielo y entraba en su vientre por el lado derecho. Ocho sacerdotes le explicaron a su esposo que el niño sería santo y alcanzaría la sabiduría perfecta. Más tarde ella salió al jardín con sus sirvientas y caminó bajo un árbol *sala*, el cual se inclinó. La reina se colgó de una rama y miró a los cielos. En ese momento Siddhartha surgió de su lado.

Dice también la leyenda, que cuando Gautamá nació recobraron la vista los ciegos, los sordomudos hablaron y una música celestial llenó el mundo.



Estatua de Gautamá mostrando el *mudrá* del *vashra* (rayo). Originalmente de Gandhara (siglo II), actualmente en poder del Museo Nacional de Tokio.

Infancia y juventud

Los primeros 29 años de la vida del príncipe Siddhartha Gautamā Buddha, transcurrieron completamente ajenos a toda actividad espiritual, siempre vivió con su familia. Los detalles de la infancia y juventud de Siddhartha narran una vida rodeada de enorme lujo y comodidad. Recibió la mejor educación y formación posibles en su tiempo.

Siddhartha comenzó a sentir curiosidad por conocer cómo eran las cosas en el mundo exterior y pidió permiso a su padre para satisfacer su deseo. Śuddhodana accedió, pero preparó la salida de su hijo ordenando que despejaran las calles de toda visión que pudiera herir la sobreprotegida conciencia del príncipe. No obstante, sus cuidadosos arreglos fracasaron pues Siddhartha, aclamado por la multitud a su paso por las calles, no pudo dejar de percibir el dolor bajo sus formas más agudas, por primera vez se percató de la vejez, enfermedad y muerte.



Huella del Buda.

Búsqueda espiritual

Siddhartha Gautamā representa a la perfección el concepto de «búsqueda espiritual» según las antiguas creencias, sobre todo de naturaleza oriental. Es decir, el incansable esfuerzo interno o la catarsis que conduce a la unión liberadora con la divinidad o nirvana y por la que todos los seres humanos tarde o temprano se verán obligados a realizar (autorrealización) para alcanzar algún día la iluminación, después, eso sí, de experimentar las necesarias y aleccionadoras reencarnaciones. Asimismo, la figura de Siddhartha convertido finalmente en el Iluminado (o Buda) viene a expresar la idea mística de que el camino hacia la propia luz y por consiguiente la obtención de la paz interior implica enorme sacrificio y suele comenzar con una provocadora e inquietante duda.

Abandono del hogar

La historia de Barlaam y Josafat nos cuenta que el descubrimiento de la vejez, la enfermedad y la muerte fue traumático para Siddhartha. Se dio cuenta de que también él estaba sujeto al mismo sufrimiento y su ánimo se tornó sombrío, pues se preguntaba cómo alguien podía vivir



Una de las primeras representaciones de Buda Gautamā.

en paz y felicidad si esto era lo que le deparaba la vida. En una nueva salida al exterior, el príncipe vio a un anacoreta, un monje mendicante, del cual se sintió impresionado por su carácter apacible. Decidió adoptar, también él, la vida de los monjes que vivían en extremo ascetismo, pasando antes unos años como mendigo.

Siddhartha vivió como un príncipe hasta los 29 años; luego abandonó su hogar, dejando atrás a su esposa Yasodhara y a su hijo. Partió con la cabeza rapada y ataviado con un vestido amarillo de itinerante, sin dinero ni bienes de ninguna clase, en busca de la iluminación. Más tarde descubrió que todo extremo es malo^[cita requerida].

Maestros

En su camino, Siddhartha aprendió de la mano de cuatro diferentes maestros. Con ellos aprendió diferentes técnicas de meditación y logró altos estados de conciencia. En esencia, las distintas ideas que examinó Siddhartha intentaban redefinir la unión del individuo (Atman) con un absoluto (Brahman) para así lograr la liberación. Pero a pesar de sus grandes logros con estas prácticas, no encontró en ellas satisfacción para sus preguntas. Entonces, en un intento por doblgar totalmente al mundo sensorial, Siddhartha probó a someterse a austeridades tan extremas que casi ocasionaron su muerte, pero aun así tampoco encontró solución a su problema. Por esto decidió investigarlo de una manera nueva y diferente.

Aprendió dos cosas de suma importancia^[cita requerida]: primero, que el ascetismo extremo no conducía a la liberación total, sino que era preciso algo más; y segundo, que, alcanzado cierto punto, ningún maestro era capaz de enseñar nada más. Siddhartha partió decidido a no seguir buscando fuentes externas de sabiduría, sino a encontrarlas dentro de sí mismo.

Una versión mítica de esta etapa de su vida nos dice que Siddhartha, en sus extremas prácticas de ascetismo, después de algunos días sin comer ni beber agua, pocos minutos antes de su muerte, escuchó a un maestro que estaba enseñándole a una niña a tocar la cítara. Dicho maestro le dijo que si la cuerda estaba muy floja no sonaría, pero si la cuerda de la cítara se encontraba muy tensa se rompería: la cuerda debía estar en su justa tensión para que pudiera dar música y armonía. En ese momento Siddhartha comprendió el camino del medio: tanto el ascetismo extremo como la vida de placeres del palacio eran dos extremos, y la verdad se hallaría en la justa medida entre el placer exacerbado y el ascetismo extremo.

Nirvana

Al final de su periplo Siddhartha caminó en un lugar llamado Bodhgaya, en el estado indio Bihar, hasta sentarse bajo la sombra de un árbol llamado *bo* o *bodhi* (*ficus religiosa*), considerado el árbol de la sabiduría.

Una noche de luna llena decidió no levantarse hasta que hallara la respuesta al sufrimiento. Pasó varias semanas debajo de este árbol. Como empezó una terrible tormenta, de debajo de las raíces del árbol surgió Muchilinda, el rey de los nagas (serpientes), se enroscó alrededor de Gautamá y lo cubrió con su caperuza. Finalmente Gautamá tomó conciencia de que ya se había liberado definitivamente. Comprendió las Cuatro Nobles Verdades. Ya no pesaba sobre él la ilusión del falso yo: su verdadero ser estaba más allá de las dualidades del aferramiento y la repulsión; había trascendido el espacio y el tiempo, la vida y la muerte. Comprendió que nunca más volvería a renacer, que había roto el eterno girar de la rueda del *samsara*. Esto es el *nirvana*.

Contando para entonces 35 años, según la leyenda, Siddhartha despertó de sus meditaciones como un Buda ('despierto', 'iluminado') y siguió sentado bajo el árbol *bodhi* durante cierto tiempo, disfrutando de la dicha de la renunciación, de la liberación. Después empezó a enseñar sobre el *nirvana* a quien le oyera; fundando lo que se conoce en Oriente como Buddha-Dharma (la enseñanza del buda); en occidente se conoce más comúnmente como el budismo.



Busto de Siddhartha Gautamá de Gandhara, siglos I-II. Musée Guimet, París.

Paranirvana (muerte)

Siddhartha Gautamá murió a los 80 años de edad. La causa fue una intoxicación alimenticia que le produjo vómitos, hemorragias y grandes dolores que, según los testimonios, soportó con gran entereza. Finalmente, se recostó en un bosque de mangos en Kushi-Nagara, a unos 175 kilómetros al noroeste de Patna. Allí, rodeado de sus discípulos, alcanzó la paz eterna de la extinción completa, el *para nirvana*. Este es un estado al que solo acceden después de morir los que han alcanzado el *nirvana* durante su vida. Antes de expirar dijo el *Nirvana Sutra*, donde resume toda su enseñanza y aclara los puntos que él vio que no estaban bien comprendidos.

Tras su muerte

El rey Asoka (siglo III a. C.) difundió la religión budista por todo su imperio, llenando el norte de la India con templos y monasterios budistas.

El budismo prácticamente desapareció de la India hace mil años. La enseñanza se expandió hacia el sur a Sri Lanka y el sudeste de Asia, donde la forma theravada de budismo aún sigue floreciendo. También se difundió al norte al Tíbet, China, Mongolia y Japón. Las formas majaianas de budismo se practican en estos países. En el siglo XX el budismo empezó a perder adeptos en Oriente, mientras que se ha difundido en Occidente.

Buda, el concepto

El término proviene del sánscrito बुद्ध, *buddha*: ‘inteligente’, ‘iluminado’. Etimológicamente deriva del verbo *budh*: ‘despertar, prestar atención, darse cuenta, entender, recuperar la conciencia después de un desmayo’. Según el budismo, Buda es la denominación que reciben aquellos individuos que han realizado su naturaleza *bodhi*.

Siddharta Gautamá, Buda, se considera «el Buda de nuestra era», uno de los budas principales que definen eras cíclicas de enseñanza y olvido del dharma (la verdad; la naturaleza de la realidad, de la mente, de la aflicción del ser humano y del camino correcto para la liberación).

Debido a ciertas malas interpretaciones muy comunes, se debe enfatizar que Buda no es Dios. Esto no solo lo aseguró el mismo Buda Gautamá, sino que la misma cosmología budista hace esta distinción al afirmar que el estado del budha únicamente lo pueden lograr los seres humanos (pero no se limita a esta humanidad en particular), en quienes reside el mayor potencial para la iluminación.

Siddharta Gautamá también afirmó que no existen intermediarios entre la humanidad y lo divino. Devas (dioses o ángeles), humanos y demonios se rigen por el karma, cuyas leyes dictan que la compasión y el amor por la existencia generan provecho tanto para las demás criaturas como para el que las ejerce, purificando su karma. El Buda es tan solo un ejemplo, un guía y un maestro para aquellos seres que deben recorrer la senda por su cuenta, lograr el despertar espiritual y ver la verdad y la realidad tal como son. El sistema budista de filosofía y práctica meditativa no fue una revelación divina, sino más bien el entendimiento de la verdadera naturaleza de la mente y tal entendimiento puede ser descubierto por cualquiera. Es el adentrarse en la realidad lo que se logra al comprender que la ignorancia puede eliminarse.

Buda en otras religiones

Otras religiones

Buda Gautamá
Buda
Precedido por Kasyapa
Sucedido por Maitreya
Avatar de Visnú
Precedido por Krisná
Sucedido por Kalki

En general, Buda es considerado una de las figuras más importantes de la historia religiosa junto con otros reformadores religiosos, solo por detrás de Jesucristo. Si bien Buda es la figura central del budismo, no es exclusiva de él.

- Para los hindúes, Buda es la novena y penúltima —y la más reciente— encarnación de Visnú, precedida por Krisná y seguida supuestamente por Kalki (dentro de 0,4 millones de años), es decir, es un avatar del hinduismo.
- El caodaísmo lo considera uno de los profetas de Dios.^[*cita requerida*]
- La teosofía, como otras escuelas esotéricas, consideran a Buda uno de los mayores iluminados.
- Los budistas chinos le adoran como El Fo, dirigiéndose a él como Fot-tchou^[*cita requerida*]
- El maniqueísmo lo incluía entre los predecesores de Mani al lado de Moisés, Jesús y Zoroastro.^[*cita requerida*]
- Para el bahaísmo, Buda es una de las nueve representaciones de Dios sobre la Tierra.
- La Iglesia de la Unificación de Moon lo considera uno de sus profetas.^[*cita requerida*]
- Los raelianos lo consideran uno de los supuestos clones extraterrestres destinados a guiar a la humanidad.^[*cita requerida*]

- La cienciaología lo considera, junto con Jesús, uno de los *clear*, aquellas personas que han logrado ponerse en contacto con su alma extraterrestre. ^[*cita requerida*]




Referencias

- [1] «Lumbini, the Birthplace of the Lord Buddha (<http://whc.unesco.org/en/list/666>)». UNESCO. Consultado el 26 de mayo de 2011.
- [2] Monier-Williams, Monier (1899), «Buddha (<http://www.sanskrit-lexicon.uni-koeln.de/cgi-bin/monier/serveimg.pl?file=/scans/MWScan/MWScanjpg/mw0733-bIjya.jpg>)» (en inglés, pdf), *Sanskrit-English Dictionary*, Oxford, p. 73, , consultado el 22 de junio 2011. en Cologne Digital Sanskrit Dictionaries (<http://www.sanskrit-lexicon.uni-koeln.de/>) de la Universidad de Colonia, Alemania.
- [3] Macdonell, Arthur Anthony (1929), «Buddha (<http://dsal.uchicago.edu/cgi-bin/romadict.pl?page=109&table=macdonell&display=simple>)» (en inglés), *A practical Sanskrit dictionary with transliteration, accentuation, and etymological analysis throughout*, Londres: Oxford University Press, p. 193, , consultado el 22 de junio 2011. en Digital Dictionaries of South Asia (<http://dsal.uchicago.edu/dictionaries/>) de la Universidad de Chicago.
- [4] Heinz Bechert: «The date of the Buddha reconsidered», en: *Indologica Taurinensia*, 10, 1982, S. 29-36 y «Die Lebenszeit des Buddha - das älteste feststehende Datum der indischen Geschichte?», en *Nachrichten der Akademie der Wissenschaften in Göttingen, Philologisch-Historische Klasse*, n.º 4, 1986; Richard Gombrich: «Recensión de Heinz Bechert: "Die Lebenszeit des Buddha"», en *Göttingische gelehrte Anzeigen*, 246, n.º 1/2, pág. 86-96, 1994; la discusión sobre este tema se encuentra recogida en Heinz Bechert (ed.): *The dating of the historical Buddha* (3 vol.), Göttingen, 1991-1997.
- [5] Monier-Williams, Monier (1899), «śākya-muni (<http://www.sanskrit-lexicon.uni-koeln.de/cgi-bin/monier/serveimg.pl?file=/scans/MWScan/MWScanjpg/mw1062-zAkaMdheya.jpg>)» (en inglés, pdf), *Sanskrit-English Dictionary*, Oxford, p. 1062, , consultado el 23 de septiembre 2011.

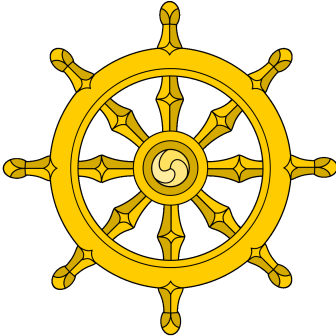




Bibliografía

- *Biblioteca Salvat de grandes biografías*: «Buda».
- Foucher, A.: *Buda*.
- Scott, Carter: *Buda*.
- Zotz, Volker: *Buda, maestro de vida*. Ellago, 2006, ISBN 84-95881-87-X.

Enlaces externos

-  Wikimedia Commons alberga contenido multimedia sobre **Buda Gautama** Commons.
-  Wikisource contiene obras originales de o sobre **Siddhartha Gautama**. Wikisource
-  Wikiquote alberga frases célebres de o sobre **Siddhartha Gautama**. Wikiquote
- QFrases.com (http://www.qfrases.com/buda_gautama.php) (frases de Buda).
- Vida de Siddhattha Gotama Buda (http://www.bosquetheravada.org/index.php?option=com_k2&view=item&id=480&Itemid=27) Vida de Siddhattha Gotama Buda.

Budismo

Budismo	
<div></div> <p>Rueda del Dharma</p>	
Fundador(es)	Gautama Buda
Deidad o Deidades principales	Gautama Buda, Avalokiteśvara, Śakra devānām indra, Tārā, Adi-Buda, Amitābha, Bhaisajyaguru, Kwan Yin, Manjushri, Vairochana y otras. Para muchas escuelas budistas estas deidades son únicamente símbolos para la meditación y la devoción.
Ramas	Theravada, Mahayana y Vajrayana
Tipo	No-teísta
Número de seguidores estimado	Entre los 1691 millones y los 230 millones según la fuente.
Seguidores conocidos como	Budistas
Escrituras sagradas	Común a todas las escuelas es el Pali Tripiṭaka ("Tres Canastas"). Los budismos Mahayana y Vajrayana añaden otros textos específicos a sus tradiciones.
Lengua litúrgica	Sánscrito, Pali, tibetano, chino, japonés, coreano, depende de la tradición.
País o región de origen	 India
Lugares sagrados	 Lumbini (Nepal)  Bodh Gaya, Sarnath y Kushinagar (India)
País con mayor cantidad de seguidores	 China
Organización internacional	Comunidad Mundial de Budistas
Símbolo	La Rueda del Dharma
Templos	Pagodas, Vihāras, Estupas, Wats.
Clero	bhikṣus, gelongs, lamas, bonzos, roshis, etc.
Religiones relacionadas	Hinduismo, jainismo, sijismo

El **budismo** es una religión^[1] no teísta^[2] perteneciente a la familia dhármica y, según la filosofía induista-védica, de tipo *nastika*.^[3] El budismo ha ido evolucionando en la historia hasta adquirir la gran diversidad actual de escuelas y prácticas.

En Occidente ha habido ciertas dificultades para definir el budismo.

Historia

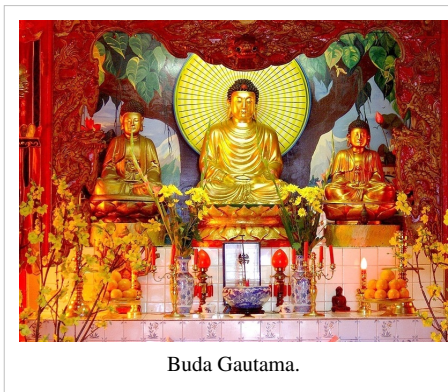
Véase también: Historia del budismo.

El budismo se desarrolló a partir de las enseñanzas difundidas por su fundador Siddhartha Gautama, alrededor del siglo V a. C. en el noreste de la India. Inició una rápida expansión hasta llegar a ser la religión predominante en India en el siglo III a. C. En este siglo, el emperador indio Asoka lo hace religión oficial de su enorme imperio, mandando embajadas de monjes budistas a todo el mundo conocido entonces. No será hasta el siglo VII d.C. cuando iniciará su declive en su tierra de origen, aunque para entonces ya se habrá expandido a muchos territorios. En el siglo XIII había llegado a su casi completa desaparición de la India, pero se había propagado con éxito por la mayoría del continente asiático.^[4]

El budismo ha ayudado en la difusión del lenguaje,^{[5][6]} y la adopción de valores humanistas y universalistas. Es una filosofía importante en Asia donde se encuentra presente en la totalidad de sus países. Desde el siglo pasado se ha expandido también por el resto del mundo. Al carecer de una deidad suprema pero mostrar a la vez su carácter salvífico y universalista, ha sido descrita también como fenómeno transcultural,^[7] filosofía,^[8] o método de transformación.^[9]

El budismo es en número de seguidores una de las grandes religiones del planeta.^[10] Contiene una gran variedad de escuelas, doctrinas y prácticas que históricamente se han clasificado en budismo Theravāda, Mahāyāna y Vajrayāna.^[11]

Buda Gautama



Buda Gautama.

Hay certeza histórica y científica sobre la existencia del **Buda Gautama**, originalmente llamado **Siddhartha Gautama** y conocido después también como **Śākyamuni** o **Tathāgata**.^[12] Se sabe que provenía de la segunda casta hindú, la kṣatriya, compuesta de guerreros y nobles. No obstante, algunos estudiosos como Andreu Bareau afirman que no es posible saber con exactitud si era un príncipe o un noble.

La vida y enseñanzas de Gautama se transmitieron de manera oral hasta la primera compilación escrita del budismo, llamada el Canon Pāli, donde los hechos de su vida aparecen de manera dispersa. Pero no

existirá una compilación biográfica completa hasta bastantes siglos después, siendo la más reconocida la del maestro y erudito indio Aśvaghōṣa^[13] que vivió en el siglo I de Nuestra Era.

Los relatos sobre la vida de Siddhārtha están mezclados con mito, leyenda y simbolismo. Más allá de su simple interés biográfico, estas historias son vistas como una guía para la vida de sus seguidores, en la que los diferentes episodios clave constituyen metáforas de los procesos de crisis y búsqueda espiritual del ser humano. Además de la recopilación sobre su vida como Siddhārtha, existen también relatos sobre sus vidas previas llamadas *jatakas*. En estos relatos Buda aparece como un bodhisattva; alguien que atraviesa obstáculos a través de varias vidas en el camino hacia el Nirvāna.

Según la tradición, **Los Cuatro Encuentros** fueron una de las primeras contemplaciones de Siddhārtha. A pesar de las precauciones de su padre, alcanzó a salir del palacio en cuatro ocasiones en las que vio por primera vez en su vida a un anciano, a un enfermo, a un cadáver y por último a un asceta, realidades que desconocía personalmente.

A los 29 años, después de contemplar *los cuatro encuentros*, decidió iniciar una búsqueda personal para investigar el problema del sufrimiento. A esta decisión se le llama **La Gran Renuncia**. Se unió al entonces numeroso y heterogéneo movimiento hindú de los *sramanas* ('vagabundos religiosos mendicantes'), renunciando a todos sus bienes, herencia y a su posición social, para seguir prácticas religiosas y ascéticas.

Nirvana de Siddhārtha

Siddharta se dio cuenta, después de casi morir de hambre a causa de un estricto ascetismo, que la moderación entre los extremos de la mortificación y la indulgencia hacia la experiencia sensorial, lograba incrementar sus energías, su lucidez, y su meditación. Con este hallazgo, que llamó *Camino medio*, comió algo y se sentó bajo una higuera Bodhi, una especie sagrada en la India, con la promesa de no levantarse hasta hallar la solución al sufrimiento y ser un Buda. Esto ocurrió en la localidad de Bodhgaya, cerca de Benarés, que actualmente es un sitio sagrado de peregrinación budista.

Siddharta atravesó distintas etapas de meditación. En la primera parte de la noche logró el conocimiento de sus existencias anteriores (*pubbe nivasanussati ñana*), durante la segunda parte de la noche alcanzó el conocimiento de ver seres morir y renacer de acuerdo con la naturaleza de sus acciones (*cutupapata ñana*) y durante la última parte de la noche purificó su mente (*asavakkhaya ñana*) y tuvo un entendimiento directo de las Cuatro Nobles Verdades (*cattari ariya-saccani*).

Como última prueba se presentó Mara (la tendencia a la maldad en seres samsáricos, a veces interpretado como demonio), quien hizo una serie de tentaciones. Sin embargo, Siddharta no cayó en estas tentaciones, con lo que logró ser libre del aferramiento a las pasiones pero sin represión de estas (destruyendo las cadenas del samsara).

Al final, conoció que había logrado un estado definitivo de "no-retorno" al que se llama *Nirvāṇa*, que significa 'cese (del sufrimiento)' pero que no es posible describir claramente con lenguaje. En ese momento dijo "hecho está lo que debía hacerse". Tras alcanzar la iluminación, dedicó su vida a propagar sus enseñanzas en el norte de la India.

El despertar de Gautama es el punto de partida histórico del budismo, y parte de la enseñanza de que alcanzar el Nirvana es posible; todos los seres humanos tienen el potencial de lograr un **cese del sufrimiento** y comprender la naturaleza del bodhi.



El Loto es el símbolo del Despertar; el florecimiento del loto representa al momento del Nirvāṇa.

El budismo en el mundo

Tradiciones y escuelas budistas

El budismo no está organizado con una jerarquía vertical. La autoridad religiosa se basa en los textos sagrados: los *Sutras* (literalmente 'discursos'). Además de eso, hay un numeroso material de interpretación en el que contribuyen maestros y personajes a través de la historia que los han comentado y analizado.

La comunidad monástica se organiza históricamente por líneas de transmisión en el tiempo, y en algunas escuelas las cadenas de relaciones entre maestros y discípulos son centrales. Los laicos tienen distinto papel dependiendo de las dos grandes ramas, Theravāda ('escuela de los ancianos') y Mahāyāna ('gran vehículo'). En el budismo mahayana, la vida laica se considera tan útil para alcanzar el Nirvana como la vida monástica, mientras que en el theravada se da un énfasis a la vida monástica ^[cita requerida]. Otra clasificación muy común es identificar a una tercera rama; el Vajrayāna (o Tántrico), que se puede considerar una parte o una división del Mahayana ^[cita requerida].



Jóvenes monjes budistas tibetanos de Drepung.

Esta organización religiosa descentralizada ha permitido una enorme flexibilidad de puntos de vista, variaciones y enfoques^[cita requerida]. Las variantes de budismo se dieron por divisiones en el tiempo de puntos de discusión doctrinales, como a su vez por distintos contextos sociales y geográficos, como un árbol ramificado^[cita requerida].

Cantidad de budistas en el mundo

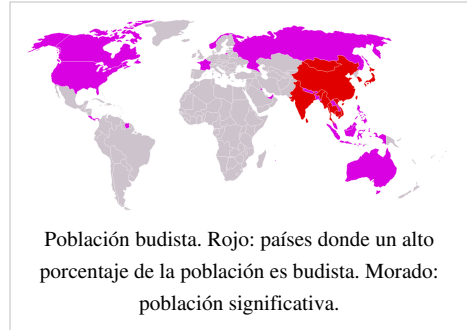
En general el budismo se fue implantando en muchos países sin entrar en conflicto directo con las religiones autóctonas, sino en muchos casos, intercambiando influencias. A diferencia de otras religiones el budismo no conoce la noción de guerra santa, la conversión forzada, ni tampoco considera la noción de herejía como algo siempre pernicioso^[cita requerida]. Aunque han existido algunos episodios históricos de enfrentamientos violentos por cuestiones de doctrina o de acoso a personajes disidentes o algunas minorías, estos son excepcionales para una religión que se convirtió en la mayoritaria de Asia durante un recorrido histórico de 2.500 años^[cita requerida]. El pluralismo de enfoques y la aceptación de distintos puntos de vista doctrinales ha sido históricamente algo compartido y aceptado en la comunidad budista, lo que ha dado lugar a una enorme cantidad de literatura religiosa y filosófica^[cita requerida].

Las estimaciones sobre el número de budistas en el mundo varían significativamente, según diferentes fuentes disponibles^{[14] [15] [16] [17]} entre los 1691 millones^[18] (lo que la haría la tercera religión más grande del mundo tras el cristianismo y el Islam) y los 230 millones.^[19] (lo que la mantendría como la cuarta religión más grande del mundo tras el hinduismo). En cualquier caso, esto significa que el budismo es de las mayores religiones de la humanidad en número de seguidores. Estas cifras han aumentado considerablemente tras las recogidas en el siglo XX, sobre todo porque en países como China empiezan a aparecer los datos tras su apertura política. Así mismo, en India se han dado conversiones masivas al budismo de cientos de miles de personas pertenecientes a la casta de los intocables (Dalits).

La mayoría de los budistas están en Asia. Para obtener una cifra mundial más exacta, la principal dificultad es dar una cifra sobre China. El budismo posee un importante arraigo histórico en ese país, sin embargo es oficialmente un país ateo, en el que además se practica una religión popular tradicional muy heterogénea y sincretista que, entre otros, incluye elementos budistas, y que con frecuencia se lista por separado.

En los países de Occidente el número de budistas ha crecido significativamente en los últimos 50 años^[cita requerida]. En Europa Occidental cuenta 20 millones de seguidores y es hoy el 5% de la población. En Estados Unidos el budismo tiene una gran implantación con unos 6 millones de seguidores^[cita requerida].

Otra dificultad para calcular el número de budistas radica en establecer si el número se refiere a las personas exclusivamente budistas ó a los que practican el budismo simultáneamente con otra religión de forma sincrética como sucede en China y Japón^[cita requerida].



Templo budista en Singapur.

Estudios y educación

En el ámbito educativo, el budismo se estudia como especialidad en algunos de los principales centros universitarios occidentales.^[20] Las universidades más prestigiosas (Oxford, Harvard, Lausanne, Berkeley, Salamanca, Milán...) tienen sección de estudios de religiones y lenguas orientales con especialidad sobre budismo ^[cita requerida]. En la mayoría de países laicos está reconocida como religión por el estado ^[cita requerida]. Asimismo, en los países donde el budismo representa una mayoría o porcentaje significativo, existen centros de educación superior dedicado al estudio y formación en el budismo, tales como: el Institute of Buddhist Studies en California, la Dongguk University en Corea del Sur, la Bukkyo University y Soka University, ambas en Japón, el International Buddhist College en Tailandia y la University of Sri Jayewardenepura en Sri Lanka, entre muchas otras instituciones.

Fundamentos budistas

También llamado el Dharma (en sánscrito, significa: soporte, apoyo, lo que mantiene, la ley, la verdad, la auténtica naturaleza de la realidad, el camino), los **Fundamentos budistas** son la base de las enseñanzas del budismo ^[cita requerida].

A pesar de una enorme variedad en las prácticas y manifestaciones, las escuelas budistas comparten principios filosóficos comunes. El estudio más profundo y la práctica más intensa, solía limitarse en oriente a los órdenes monásticos. En la actualidad sólo el budismo theravāda tiene un énfasis en la vida monástica en detrimento de la vida laica. Las otras corrientes desarrollan y elaboran sobre determinados aspectos del budismo original de la India.^[21]

Todos los elementos de las enseñanzas filosóficas fundamentales se caracterizan por estar estrechamente interrelacionados y contenidos en otros, por lo que para alcanzar su entendimiento se necesita una visión holística de su conjunto. Además, se suele subrayar el hecho de que todas las enseñanzas son solo una manera de apuntar, guiar o señalar hacia el *Dharma*, pero del cual debe darse cuenta el mismo practicante. El *Dharma* solo puede ser experimentado o descubierto de manera directa a través de una disciplinada investigación y práctica personal.



Estatuas budistas.

Las Cuatro Nobles Verdades

Según el budismo las cuatro nobles verdades son:

- 1. La vida incluye duḥkha (sufrimiento, insatisfacción o descontento):** El nacer es sufrimiento, la enfermedad es sufrimiento, la vejez es sufrimiento, la muerte es sufrimiento, la pena es sufrimiento, así como la lamentación, el dolor y la desesperación. El contacto con lo desagradable es sufrimiento, la separación de lo que es placentero es sufrimiento, el deseo insatisfecho es sufrimiento. En definitiva, los cinco agregados de la mente y el cuerpo que producen los deseos (corporiedad, sentimiento, percepción, formaciones mentales predispuestas y consciencia discriminativa) son sufrimiento.
- 2. El origen del sufrimiento es el tṛṣṇā (anhelo, deseo. literalmente sed):** El sufrimiento se origina en el ansia que causan los deseos, los sentidos y el placer sensual, buscando la satisfacción ahora aquí y después allí, el ansia de llegar a ser, el ansia de nacer de nuevo y el ansia de ser aniquilado.
- 3. El sufrimiento puede extinguirse cuando se extingue su causa:** El sufrimiento se extingue con el abandono del ansia de placeres sensuales, de llegar a ser y de aniquilación, y con la ausencia de pasión, el no albergar ya más.

4. El noble camino es el método para extinguir al sufrimiento: El budismo prescribe un método, o camino, con el que se intenta evitar los extremos de una búsqueda excesiva de satisfacción por un lado, y de una mortificación innecesaria por el otro. Este camino comprende la sabiduría, la conducta ética y el entrenamiento o cultivo de la 'mente y corazón'^[22] por medio de meditación,^[23] atención y la plena consciencia del presente^[24] de manera continua.

Conceptos Budistas

Las Tres Características de la Existencia (Tri-Laksana)

(en sánscrito) *Las Tres Marcas, Los Tres sellos, Las Tres Realidades*

Esta enseñanza fundamental del budismo explica la naturaleza de los fenómenos del mundo percibido, los cuales poseen tres características universales:

- **Anitya:** impermanencia.
- **Anātman:** inexistencia de un ego permanente.
- **Duḥkha:** sufrimiento, descontento o insatisfacción.

Karma: Causa y Efecto

(en sánscrito) *Causalidad, Ley de causa y efecto. Acción intencional o volición. Semilla. Condicionamiento.*

Según el budismo, toda acción intencionada (**karma**) crea uno o varios efectos que aparecen cuando las circunstancias son proclives, a lo que se llama maduración (**vipaka**) o fruto (**phala**). El karma en aplicación a la doctrina budista se refiere a cualquier acción de habla, cuerpo o pensamiento. Por tanto los movimientos ajenos a la volición o la intencionalidad - como ocurre en el caso de actos reflejos - son neutrales kármicamente. Sin embargo, cualquier movimiento de la voluntad es karma aunque no sea consciente.

El "buen" y "mal" karma se distinguen de acuerdo a la raíz de las acciones. En el *Kukkuravatika Sutta*^[25] Buda clasifica el karma en 4 grupos:

- 1 - Oscuro con resultado oscuro.
- 2 - Brillante con resultado brillante.
- 3 - Oscuro y brillante con un resultado oscuro y brillante.
- 4 - Ni oscuro ni brillante con un resultado ni oscuro ni brillante.

La oscuridad (el mal) no puede dar lugar a un brillante (feliz) resultado, pero aun así el karma puede estar mezclado debido a una variedad de motivos buenos y malos.

El karma en el budismo explica también las diferencias por las que los seres tienen una vida más o menos larga, riqueza, belleza, salud o sabiduría. En el *Cula-kammavibhanga Sutta*^[26] Buda explica que éstas cosas no existen por casualidad sino por el karma. El karma es una ley para explicar un mecanismo en el que está ausente un ser consciente que juzgue. Así, en el *Mahakammavibhanga Sutta*^[27] Buda explica los 4 tipos de personas que deben distinguirse respecto al karma y su destino previsible:

- 1 - Quien hace el mal y va a un infierno, estado de privación o un renacimiento inferior.
- 2 - Quien hace el mal y va a un cielo, estado feliz o renacimiento superior.
- 3 - Quien hace el bien y va a un cielo, estado feliz o renacimiento superior.
- 4 - Quien hace el bien y va a un infierno, estado de privación o un renacimiento inferior.

Nótese que cielo e infierno no están expresando exclusivamente el destino tras la muerte, sino estados luminosos y felicidad o bien de oscuridad e infelicidad, que existen también en vida como efectos de acciones previas. El mecanismo del karma supone por tanto un reflejo bastante fiel de la realidad, no siempre considerada justa y en donde a las acciones buenas o malas no les sucede siempre el efecto deseado.

La doctrina de *karma* budista no es totalmente determinista ni fatalista. Karma no significa destino ni predeterminación, ya que no existe un automatismo ciego en la voluntad respecto a las tendencias mantenidas y no es posible anticipar que ocurrirá. La práctica budista además permite tomar observación y consciencia de este funcionamiento para ocasionar un distanciamiento respecto a esas tendencias. El karma no se debe entender como castigo al igual que tampoco lo hacemos, por ejemplo, con el ADN. *Karma* es una más de las cinco tipos de condicionalidad o procesos lógicos del Universo (**niyamas**). **Condicionalidad 1. Inorgánica, 2. Orgánica, 3. Psicológica, 4. Moral y 5. Trascendental.** Estos tipos de condicionalidad son impersonales y no hay intervención divina en ellos. Del mismo modo que la ley de la gravedad no requiere intervención divina. Algunos tipos de condicionalidad son inmutables: ni siquiera un Buda puede escapar de ser afectado una vez que ya nació y tiene un cuerpo.

¿Cómo funciona el karma?

El rol de actuación de la persona respecto al karma se circunscribe en la explicación budista sobre la experiencia de la realidad y como la individualidad se expresa. En el Abhidhamma Pitaka se describen 52 factores mentales (**cetasikas**) que surgen en varias combinaciones para dar lugar a 89 posibles estados de consciencia (**cittas**). Desde aquí se consideran 4 elementos físicos primarios y 23 fenómenos físicos que se derivan de ellos. En este escenario existen los movimientos de la voluntad, y es en donde se condicionan o refuerzan hábitos y tendencias (**samskara**) para crear, de manera acumulativa, lo que se nos aparece como nuestra personalidad o carácter. El proceso resumido de todo ello y que explica el Karma respecto a la acción será resumido como: 1. Samskara o predisposición, 2. Karma o acto volitivo y 3. Vipaka o fruto; resultado. El resultado de nuestras acciones nos otorga una experiencia que promueve nuevamente una disposición Samskara, y así continúa.

En el budismo, las diferencias entre las acciones volitivas se expresan sólo en términos de habilidad o destreza. Si las motivaciones o raíces (*mulalहेte*) corresponden con alguno de los Tres Fuegos (véase *Duhkha*) son torpes por ser malsanas y perniciosas (**akuśala**), y si corresponden a sus opuestos son hábiles por ser saludables (**kuśala**). Sin embargo, el objetivo de la práctica del *renunciante* (véase *Nekkama*) budista no es la de producir más de un tipo de *karma* (más mérito) y menos de otro (menos castigo), sino el de dejar totalmente de producir *karma* alguno para acabar con el ciclo de renacimiento. Más allá de esta breve explicación, existen varios comentarios alrededor del karma que lo clasifican en diferentes tipos para su comprensión más detallada.^[28]

El funcionamiento del *karman* es extremadamente complejo; su resultado exacto y preciso es imposible de predecir y no siempre se manifiesta de manera inmediata, ya que su maduración depende de las circunstancias. El *karman* tampoco es una explicación a la mala fortuna, debido al gran número de variables y fuerzas involucradas.

Surgimiento condicionado (*pratītya-samutpāda*)

El surgimiento condicionado es expuesto en el *Maha-nidana Sutta* o "Discurso de las causas".^[29] Constituye una formulación elaborada del proceso de existir y de cómo los seres están atrapados por la ignorancia en un ciclo de sufrimiento. Este proceso es constante, y supone una explicación que abarca tanto la duración de todas las vidas pasadas como de la vida actual, instante tras instante. Por lo tanto el "ser" supone un ámbito que se crea y destruye momento tras momento.

La originación dependiente contiene 12 eslabones:

1. *Avidyā*: ignorancia
2. *Samskāra*: formaciones mentales
3. *Vijñāna*: consciencia
4. *Nāma Rūpa*: nombre y forma (pre-materialidad)
5. *Ṣaḍāyatana*: sensorialidad (órganos sensoriales)
6. *Sparsha*: contacto
7. *Vedanā*: sensación

8. *Trṣṇa*: deseo, querer
9. "Upādāna": aferramiento
10. *Bhava*: devenir
11. *Jāti*: nacimiento
12. *Jarā-maraṇa*: decaimiento, vejez, muerte.

Así, con la ignorancia como condición surgen las formaciones mentales. Con las formaciones mentales como condición surge la consciencia. Con la consciencia como condición surge el nombre y la forma. Con nombre y forma como condición surgen los órganos sensoriales. Con los órganos sensoriales como condición surge el contacto. Con el contacto como condición surge la sensación. Con la sensación como condición surge el deseo. Con el deseo como condición surge el aferramiento. Con el aferramiento como condición surge el devenir. Con el devenir como condición surge el nacimiento. Con el nacimiento como condición surge el decaer, la vejez y la muerte.

Mientras la ignorancia no se erradica, de nuevo se repite el proceso sin fin. El camino budista busca erradicar la ignorancia y romper esta cadena, es lo que se conoce como nibbana o nirvana (el cese) de esta cadena.

Renacimiento

En la India, la idea de reencarnación era ya parte del contexto en el que nació el budismo. En el budismo se prefiere el término "renacimiento" en vez de "reencarnación", debido a que no afirma la existencia de un alma perdurable que pueda transmigrar. Así, el renacimiento en el budismo no es igual que la reencarnación en el hinduismo. Para entender el renacimiento es necesario entender también el concepto de anatta.

En el renacimiento budista, el proceso del karma hará que la existencia de seres conscientes se manifieste, pero no existe un alma o espíritu eterno. Así, las acciones de cuerpo, habla y pensamiento conllevan efectos que se experimentarán con el tiempo, ya sea en la vida actual o siguiente. La continuidad entre individuos la constituye esa corriente causal, que es manifestada como tendencias y circunstancias en sus vidas.

El renacimiento no es visto como algo deseable, ni significa un determinismo o destino. El camino budista sirve para que la persona pueda liberarse de esa cadena de causas y efectos. Mientras no exista un cese de este ciclo, nuestra vida es **Samsārica**. Si bien el individuo debe experimentar las circunstancias en las que le toca vivir, a la vez es el único responsable de lo que decida hacer frente de ellas.

La meditación, práctica fundamental en el budismo, es una herramienta útil para el budista. Con esta práctica aprende a observar cómo no existe un dueño de (sus) pensamientos, pero que a la vez es responsable de lo que decida hacer con estos. El apego o no apego son por tanto la clave para conseguir más ecuanimidad respecto a sí mismo y al mundo.

Nirvāṇa: El Despertar, La Iluminación



Hoja de *Ficus religiosa* o Higuera sagrada, la especie a la que pertenece el árbol bajo el cual despertó espiritualmente el fundador histórico del budismo.

Buda Gautama afirmó que es posible el cese definitivo del círculo de la originación dependiente y el renacimiento. La meta de la práctica budista es por tanto el de despertar del *Samsāra* para experimentar la verdadera naturaleza de la existencia y la vida. Este esquema de realidad se expresa en las enseñanzas por medio de las Cuatro Nobles Verdades, Las Tres Marcas de la Existencia, la Originación Dependiente y el Renacimiento (explicadas anteriormente). Alcanzar este estado de liberación implica por tanto vivir una nueva experiencia sobre la naturaleza de la vida, de la muerte y del mundo que los rodea.

A las personas que no hayan alcanzado este estado aún solo se les pueden proporcionar definiciones, analogías y comparaciones imperfectas e indirectas sobre este estado. El Nirvāṇa se describe principalmente por lo que no es: *no-nacido, no-originado, no-creado,*

no-compuesto. Sin embargo no se debe confundir ni con la aniquilación o aislamiento del individuo ni con un nihilismo.

Como la experiencia del Nirvāṇa no es descriptible de manera clara con el lenguaje, y por lo tanto no es fácil de comunicar, lo único que se puede dar es una *indicación del camino a seguir para obtenerla*.

Las Cuatro Nobles Verdades

(En pāli: *Cattari Ariya Saccani*)

Tras el despertar de Buda Gautama, el primer discurso (*Sutra*) que dio fue a sus antiguos compañeros de meditación, en lo que se conoce como "La puesta en marcha de la rueda del Dharma" (*Dhammacakkavattana*). En este primer discurso, Buda Gautama establece las bases para la comprensión de la realidad del sufrimiento y su cese.

Estas bases se conocen como "Las Cuatro Nobles Verdades", las cuales constatan la existencia de lo que en el budismo se llama *dukkha*; una angustia de naturaleza existencial.

- ***Dukkha* (el sufrimiento) existe.**

La vida es imperfecta, la insatisfacción y el sufrimiento existen y son universales. Este es el punto de partida de la práctica budista. Esta verdad contiene las enseñanzas sobre las Tres Marcas de la Existencia.

- **La causa de *dukkha* es *tṛṣṇā* (en sánscrito: el deseo, el querer, el anhelo, la sed).**

El origen, la causa raíz, de *dukkha* es el anhelo, el ansia o la sed (*tṛṣṇā*) de cualquier situación o condición placentera. Creemos que algún acto, logro, objeto, persona o entorno nos llevarán a la satisfacción permanente del "yo", cuando el "yo" en sí no es más que una fabricación impermanente de la mente. Y de ahí que el origen del anhelo sea la **ilusión** o la **ignorancia** (*avidyā*) en la vida samsárica. Los seres samsáricos no comprenden la manera y forma en la que realmente funciona el **karma**. Esta verdad contiene la explicación del Surgimiento Condicionado.

- **Existe un cese de *dukkha*.**

Según el budismo, a través del aprendizaje de la observación de los procesos considerados como ignorantes y alimentados por Los Tres Fuegos, se empieza a crear la base para lograr su cese. La forma de que la insatisfacción de la vida cese es la de enfrentarnos de manera directa a *dukkha* y *tṛṣṇā*, su causa. Al enfrentarnos a la realidad, la entendemos como realmente es, sabemos las causas del sufrimiento y como hacer para que no surjan. Esta verdad contiene la enseñanza sobre nuestra capacidad de llegar al Nirvana.

- **Existe un Noble Camino para lograr este cese.**

El método y la disciplina para eliminar la ignorancia, el anhelo y finalmente *dukkha* es el camino de la **sabiduría**, la ética y la meditación, expuesto de manera detallada en el Noble Camino.

La práctica budista

Noble Camino Óctuple

El *Noble Camino* (en sánscrito: Ārya Śāṅga Mārgaḥ) tiene ocho aspectos:

- *Prajñā*: **Sabiduría**
 - *saṃyak drṣṭi*: visión o comprensión correcta
 - *saṃyak saṃkalpa*: pensamiento o intención^[30] correcta
- *Śīla*: **Conducta Ética**
 - *saṃyak vāc*: habla correcta
 - *saṃyak karmānta*: acción correcta
 - *saṃyak ājīva*: medio de vida correcto
- *Samādhi*: **Disciplina Mental**^[31] o **Cultivo Meditativo**^[32]
 - *saṃyak vyāyāma*: esfuerzo^[33] o diligencia^[34] correcta
 - *saṃyak smṛti*: consciencia del presente^[35] o atención^[36] correcta
 - *saṃyak samādhi*: concentración^[37] o meditación correcta

Ética budista

La ética budista se fundamenta en los principios de ahimsa (**no ocasionar daño**) y el **Camino medio** (moderación; no reprimir ni tampoco aferrarse a nada). Según las enseñanzas budistas, los principios éticos están determinados por el hecho de si una acción cualquiera podría tener una consecuencia dañina o perjudicial para uno mismo o para otros. En el budismo se utiliza la expresión de *mente hábil*, que es aquella que evita todas las acciones propensas a causar sufrimiento o remordimiento. El esfuerzo y la intención empleados determinará la carga kármica de la acción.

A diferencia de una regla impuesta por una autoridad, un precepto es una base o guía ética personal. La ética budista se basa en **Los Cinco Preceptos**:

- respetar la vida.
- evitar tomar lo que no es dado.
- mantener una conducta sexual correcta: que no sea dañina con otros o con uno mismo.
- hablar de manera correcta / no mentir
- evitar tomar intoxicantes que alteren negativamente la mente.

Los monjes y monjas budistas por su parte, siguen más de 200 normas de disciplina descritas en detalle en el Vinaya pitaka; algunos monjes y monjas budistas zen no tiene que seguir el voto de castidad ni pobreza (pueden casarse y trabajar).

Meditación budista

La meditación (samādhi o bhavana) es la práctica budista por excelencia. El significado del término es "cultivo de la mente". Es por tanto una actividad que supone determinada disposición para que el practicante se sitúe en la realidad y así aumentar su comprensión y sabiduría, que son esenciales para la erradicación de *dukkha*. Hay muchas y variadas técnicas de meditación budista dependiendo de cada tradición y escuela, si bien todas se basan en dos componentes llamados **samatha** (calma mental, tranquilidad) y **vipassana** (conocimiento directo, intuición). En el núcleo central de toda meditación budista hay una **observación tranquila y atenta** tanto de los propios procesos mentales como de los fenómenos de la vida.

La meditación budista se basa en el *samadhi*, necesario para la realización del Nirvana. En el budismo se explican las diferentes etapas de meditación o *jhanas* que se experimentan en el progreso hacia el Nirvana.

A partir de una base común, a lo largo de la historia las diferentes tradiciones budistas elaboraron sus propias técnicas de meditación dependiendo de su propia evolución histórica y sus influencias culturales. En todas las tradiciones hay infinidad de técnicas y variantes meditativas, pero al basarse en los mismos fundamentos son similares. Lo característico de los sistemas de meditación budista en las diferentes tradiciones es el objetivo de alcanzar el Nirvana.

Las tres joyas (*Triratna*)

Todo budista toma refugio en las *Tres Joyas*, *Los Tres Refugios* o *Los tres tesoros*, siendo este acto lo que lo define como tal. Este refugio viene a significar que una vez la persona ha comprendido el sentido de liberación que subyace en el camino del Dharma, tomará refugio mientras dure su vida en:

1. Buda: naturaleza bodhi, nirvana o despertar.
2. Dharma: el budismo, la enseñanza de budas.
3. Sangha. la comunidad de budistas.

En muchas escuelas budistas existe algún tipo de ceremonia oficiada por un monje o maestro que ofrece la toma de refugio en las Tres Joyas. Esto es una manifestación pública del compromiso pero no es algo indispensable. La persona puede por ella misma tomar refugio con sinceridad y es suficiente para considerarse budista.

Quienes no han tomado refugio pueden beneficiarse del budismo al considerarlo una filosofía, un método de entrenamiento práctico espiritual. Por este motivo, y al estar desligada de la devoción a deidades, a menudo hay personas de otras religiones o sin religión que estudian la meditación budista.

Referencias

- [1] *Chambers Dictionary*, 2008; *Merriam-Webster's Collegiate Dictionary*, 2003; *New Penguin Handbook of Living Religions*, px998; *Dewey Decimal System of Book Classification*; Robinson & Johnson, *The Buddhist Religion*; (<http://www.adherents.com>)
- [2] Damien Keown: *Buddhism: A Very Short Introduction* (pag. 4), 2000; Ven. Myokyo-Ni, *Living Buddhism* (pag. 3), 2000.
- [3] Este es un término técnico de la filosofía hindú, mayormente de uso académico, y que se usa para referirse a religiones y filosofías que no aceptan una autoridad final de los Vedas, los textos sagrados del hinduismo. El budismo o el jainismo son religiones *nastika*, mientras que el Yoga o el Vedanta son *astika*.
- [4] Peter Harvey: *El budismo*, 1998, ISBN 84-8323-014-3 p. 198
- [5] La escritura tibetana fue creada expresamente para poder recopilar los textos budistas
- [6] Un ejemplar del Sutra del Diamante de la dinastía Tang china es el libro impreso más antiguo del mundo (868 d. C.)
- [7] Damien Keown, *Buddhism: A Very Short Introduction*, 2000, pag. 2.
- [8] Maha Thera Narada, *Buddhism in a Nutshell*, 1945; Stephen J. Laumakis, *An Introduction to Buddhist Philosophy*, 2008.
- [9] The Buddhist Society, *1001 enseñanzas del budismo*, 2007, pag. 7.
- [10] Principales Religiones Clasificadas por Tamaño (http://adherents.com/Religions_By_Adherents.html) (en inglés)
- [11] Rupert Gethin, *The Foundations of Buddhism* 1998, ISBN 0-19-289223-1, pags. 1-2; Peter Harvey, *El budismo*, 1998, ISBN 84-8323-014-3 p. 26; *New Penguin Handbook of Living Religions*; *The Brill Dictionary of Religion*
- [12] Página oficial del Templo Shaolin http://shaolin.org.cn/templates/EN_T_new_list/index.aspx?nodeid=389
- [13] Asvagosha recopiló los hechos principales de la vida de Buda en lo que se conoce como *Buddha-Charita* o "hechos del Buda"
- [14] US State Department's International Religious Freedom Report 2004,
- [15] *Adherents.com*
- [16] Garfinkel, Perry. "Buddha Rising." *National Geographic* Dec. 2005: 88-109.
- [17] CIA - The World Factbook (<https://www.cia.gov/cia/publications/factbook/geos/xx.html#People>)
- [18] Gach, Gary. *The Complete Idiot's Guide to Understanding Buddhism*. Alpha, 2004. ISBN 1-59257-277-4. <http://vipassanafoundation.com/Buddhists.html>.
- [19] Religiones Mayores Ranqueadas por Tamaño (http://www.adherents.com/Religions_By_Adherents.html#Buddhism) (en inglés)
- [20] BuddhaNets Buddhist Web Links: Buddhist Studies Institutions (http://www.buddhanet.net/l_study.htm)
- [21] Gombrich, *Theravada Buddhism*, 2ª edición, Routledge, London, 2006, página 2
- [22] Peter Harvey, *El budismo*, 1998, ISBN 84-8323-014-3 pág. 94
- [23] Bhikku Bodhi, *The Buddha's Teaching*; S.N. Goenka, *Moral Conduct, Concentration and Wisdom*
- [24] Stephen J. Laumakis, *An Introduction to Buddhist Philosophy*, 2008, ISBN 978-0-521-67008-1 pags. 58-59
- [25] Majjhima Nikaya 57 http://bosquetheravada.org/index.php?option=com_k2&view=item&layout=item&id=890&Itemid=211
- [26] Majjhima Nikaya 135 http://bosquetheravada.org/index.php?option=com_k2&view=item&layout=item&id=1055&Itemid=211





- [27] Majjhima Nikaya 136 <http://www.vipassana.com/canon/majjhima/mn136.php>
- [28] Basic Buddhism: The Theory of Karma (<http://www.buddhanet.net/e-learning/karma.htm>)
- [29] DN 15: Maha-nidana Sutta (<http://www.accesstosight.org/tipitaka/dn/dn.15.0.than.html>)
- [30] Bhikkhu Bodhi, Noble Eightfold Path: Way to the End of Suffering ISBN 1-928706-07-X; Rupert Gethin, The Foundations of Buddhism, Oxford University Press, ISBN 0-19-289223-1, pág. 81; Stephen J. Laumakis, An Introduction to Buddhist Philosophy, Cambridge University Press, ISBN 978-0-521-67008-1, pág. 45
- [31] Clive Ericker, Teach Yourself Buddhism ISBN 0-340-86746-9, pág. 54; Walpola Sri Rahula, What The Buddha Taught, ISBN 0-8021-3031-3, pág. 45-46
- [32] Peter Harvey, *El budismo*. Cambridge University Press, ISBN 84-8323-014-3, pág. 94; Stephen J. Laumakis, *An Introduction to Buddhist Philosophy*. Cambridge University Press, ISBN 978-0-521-67008-1, pág. 45
- [33] Peter Harvey, *El budismo*. Cambridge University Press, ISBN 84-8323-014-3, pág. 94; Rupert Gethin, The Foundations of Buddhism, Oxford University Press, ISBN 0-19-289223-1, pág. 81; Stephen J. Laumakis, An Introduction to Buddhist Philosophy, Cambridge University Press, ISBN 978-0-521-67008-1, pág. 45; Walpola Sri Rahula, What The Buddha Taught, ISBN 0-8021-3031-3, pág. 45-46
- [34] Thich Nhat Hanh, El Corazón de las enseñanzas de Buda ISBN 84-95456-16-8 Segunda Parte, Capítulos 9-16
- [35] The Buddhist Society, 1001 Enseñanzas del Budismo ISBN 978-84-253-4072-7; Samuel Bercholz, Sherab Chodzin Kohn (Editores), The Buddha and His Teachings, Capít. 8 por S. N. Goenka págs. 96-121; Rupert Gethin, The Foundations of Buddhism, Oxford University Press, ISBN 0-19-289223-1, pág. 81; Stephen J. Laumakis, An Introduction to Buddhist Philosophy, Cambridge University Press, ISBN 978-0-521-67008-1, pág. 45; Walpola Sri Rahula, What The Buddha Taught, ISBN 0-8021-3031-3, pág. 45-46; Thich Nhat Hanh, El Corazón de las enseñanzas de Buda ISBN 84-95456-16-8 Segunda Parte, Capítulos 9-16
- [36] Peter Harvey: *El budismo*. Cambridge University Press, ISBN 84-8323-014-3, pág. 94; Stephen Asma, Buda para principiantes, ISBN 987-9065-35-2, pág. 96
- [37] Thich Nhat Hanh: *El corazón de las enseñanzas de Buda* (segunda parte, capítulos 9-16). ISBN 84-95456-16-8; Peter Harvey: *El budismo*. Cambridge University Press, ISBN 84-8323-014-3, pág. 94; Bhikkhu Bodhi: *Noble Eightfold Path: Way to the End of Suffering*. ISBN 1-928706-07-X; John Snelling: *The Buddhist Handbook* (págs. 46-53); Rupert Gethin: *The Foundations of Buddhism*. Oxford University Press (pág. 81), ISBN 0-19-289223-1.

Bibliografía

- Arnau, Juan (2008). *Arte de probar. Ironía y lógica en India antigua*. Fondo de Cultura Económica. ISBN 978-84-375-0621-0.
- — (2007). *Antropología del budismo*. Barcelona: Editorial Kairós. ISBN 978-84-7245-645-7.
- — (2006). *Abandono de la discusión*. Traducción directa del sánscrito. Madrid: Ediciones Siruela. ISBN 84-7844-247-2.
- — (2005). *La palabra frente al vacío. Filosofía de Nagarjuna*. México: Fondo de Cultura Económica. ISBN 968-16-7517-7.
- — (2004). *Fundamentos de la vía media*. Traducción directa del sánscrito. Madrid: Ediciones Siruela. ISBN 84-7844-762-8.
- Blanco, Alberto (1998). *El Dhammapada. El camino de la verdad*. 2ª edición 2005. Madrid: Fondo de Cultura Económica. ISBN 84-375-0584-4.
- Buswell, Robert E (Editor) (2004). *Encyclopedia of Buddhism*. MacMillan. ISBN 0-02-865910-4.
- Carrithers, Michael (2001). *Buddha: A Very Short Introduction*. Oxford University Press. ISBN 0-19-285453-4.
- Cheetham, Eric y otros (1993). *The Buddhist Society Correspondence Course*. Londres.
- Comunidad Budista Soto Zen. *Budismo. Historia y doctrina*. Madrid: Miraguano.
- 1. *Volumen I: Los orígenes del budismo*. 2006. ISBN 978-84-7813-296-6.
- 2. *Volumen II: El gran vehículo Mahāyāna*. 2007. ISBN 978-84-7813-309-3.
- 3. *Volumen III: El Zen*. 2009. ISBN 978-84-7813-342-0.
- Conze, Edward (1993). *Breve historia del budismo*. Madrid: Alianza Editorial.
- Daishonin, Nichiren (2008). *Los escritos de Nichiren Daishonin*. Supervisión e introducción de Carlos Rubio. Traducción: Paula Tizzano y otros. Barcelona: Editorial Herder. ISBN 978-84-254-2560-8.
- Dragonetti, Carmen Leonor & Tola, Fernando (2010). *Diálogos mayores de Buda [Dhīga Nikāya]*. Traducción directa del pāli. Madrid: Editorial Trotta. ISBN 978-84-9879-163-1.
- — (2006). *Udāna: la palabra de Buda*. Traducción directa del pāli. Madrid: Editorial Trotta. ISBN 978-84-8164-850-8.

- Gethin, Rupert (1998). *The Foundations of Buddhism*. Oxford University Press. ISBN 0-19-289223-1.
- Gross, Rita (2005). *El budismo después del patriarcado*. Coedición con el Centro Internacional de Estudios Místicos de Ávila. Traducción de Fernando Beltrán Llavador. Prólogo a la edición española de Ana María Schlüter Rodés. Madrid: Editorial Trotta. ISBN 978-84-8164-798-3.
- Harvey, Peter (1998/2006). *El budismo* (<http://books.google.es/books?id=Bb6eCYV9YR0C&lpg=PP1&ots=lvPc9lt1PB&dq=el budismo harvey&pg=PP1#v=onepage&q&f=false>). Madrid: Akal Cambridge. ISBN 84-460-2612-0.
- Izutsu, Toshihiko (2009). *Hacia una filosofía del budismo zen*. Madrid: Editorial Trotta. ISBN 978-84-8164-977-2.
- Lenoir, Frederic (2000). *El budismo en Occidente*. Seix Barral.
- Lowenstein, Tom (2001). *El Despertar de Buda*. Colonia: Taschen.
- Mitchell, Donald (2002). *Buddhism: Introducing the Buddhist Experience*. Oxford University Press. ISBN 0-19-513952-6.
- Molino, Anthony (2004). *El árbol y el diván. Diálogo entre psicoanálisis y budismo*. D. T. Suzuki, A. Watts, E. Fromm, D. Lama, C. G. Jung, M. Abe, J. Kornfield, K. Horney y otros. Barcelona: Editorial Kairós. ISBN 978-84-7245-565-8.
- Mora, Fernando (1998). *Las enseñanzas de Padmasambhava y el budismo tibetano*. Barcelona: Editorial Kairós.
- Norbu, Namkhai (1996). *El cristal y la vía de la luz. Sutra, tantra y dzogchén*. Barcelona: Editorial Kairós. ISBN 84-7245-338-3.
- Panikkar, Raimon (1996). *El silencio del Buddha. Una introducción al ateísmo religioso*. 6ª edición 2005. Madrid: Ediciones Siruela. ISBN 84-7844-321-5.
- Prebish, Char Griffith & Keown, Damien (2004). *Buddhism the e-Book*. Journal of Buddhist Ethics Online Books Ltd.
- Rahula, Walpola (2002). *Lo que el Buddha Enseñó*. Buenos Aires: Editorial Kier. ISBN 950-17-1007-6.
- Seddhatissa, H. (1971). *Introducción al budismo*. Madrid: Alianza Editorial.
- Snelling, John (1998). *The Buddhist Handbook*. Londres: Rider. ISBN 0-7126-7112-9.
- Solé-Leris, Amadeo, y Vélez de Cea, Abraham (1999). *Majjhima Nikaya. Los sermones medios del Buddha*. 2ª edición 2006. Traducción directa del pāli. Barcelona: Editorial Kairós. ISBN 978-84-7245-378-4.
- Suzuki, Daisetz Teitaro (2006). *¿Qué es el zen?*. Madrid: Editorial Losada. ISBN 84-96375-18-8.
- — (2003). *Vivir el zen*. 3ª edición. Barcelona: Editorial Kairós. ISBN 84-7245-304-9.
- —, y Fromm, Erich (1960). *Budismo zen y psicoanálisis*. México: Fondo de Cultura Económica. ISBN 968-16-0624-8.
- Watts, Alan (2003). *El camino del zen*. 2ª edición. Barcelona: Ediciones Edhasa. ISBN 978-84-350-2714-4.
- — (2002). *Budismo*. 2ª edición. Barcelona: Editorial Kairós. ISBN 84-7245-452-5.
- Williams, Paul, y Tribe, Anthony (2000). *Buddhist Thought*. Routledge. ISBN 0-415-20701-0.

Enlaces externos

-  Wikimedia Commons alberga contenido multimedia sobre **Budismo**. Commons
-  Wikimedia Commons alberga contenido multimedia sobre **Buda** Commons.
-  Wikinoticias tiene noticias relacionadas con **Budismo**. Wikinoticias
-  Wikiquote alberga frases célebres de o sobre **Buda**. Wikiquote

Directorios de centros y grupos budistas

- Federación de Comunidades Budistas de España (<http://www.federacionbudista.es>)
- Directorio de centros, templos y grupos budistas en el mundo hispanohablante (<http://www.budismo.com/directorios/index.php>)
- Asociación budista Reino del Dharma (<http://www.budismodrba.org/>)

- Sun Vipassana Nanchat (<http://www.anumodana.org/>)
- Observatorio del pluralismo religioso en España (<http://observatorioreligion.es>)
- Buddhanet (<http://www.buddhanet.net/wbd>) Directorio mundial
- Open Directory Project Budismo (<http://dmoz.org/World/Español/Sociedad/Religi3n/Budismo/>)

Enlaces didácticos

- Aspectos fundamentales del budismo, por Walpola Rahula. (<http://www.budismo.net/>)
- Artículos básicos e introductorios del budismo (http://www.bosquetheravada.org/index.php?option=com_k2&view=item&layout=item&id=479&Itemid=1224)
- Buena pregunta, buena respuesta (http://www.bosquetheravada.org/index.php?option=com_k2&view=item&layout=item&id=966&Itemid=27). Icono de la introducción al budismo
- Rueda de la Vida Interactiva y explicada. (http://www.people.virginia.edu/~am2zb/tibet/icono/rueda_frm.htm)
- Primeros diálogos entre el budismo y Occidente. La diversidad en los testimonios (http://www.transoxiana.org/0109/vofchuk-budismo_occidente.html)
- Las Karikas (estrofas) fundamentales de la Escuela Madhyamika (<http://www.transoxiana.org/0109/karikas-nagarjuna.html>)
- La Imagen de Buddha (<http://www.transoxiana.org/0104/buddha.html>)
- El arte Kushan (<http://www.transoxiana.org/0101/kushan.html>)
- Suttas del Canon Pali (http://www.bosquetheravada.org/index.php?option=com_k2&view=item&layout=item&id=490&Itemid=185)

Budismo e hinduismo

El **budismo** y el **hinduismo** son dos religiones paralelas en algunos aspectos entre sí pero divergentes en teoría y práctica en muchos otros casos.

Introducción

Las religiones védicas, el budismo y el yainismo, comparten una cultura regional situada alrededor del noreste indio, lo que hoy es Uttar Pradesh, Bihar y Nepal. Fue en esta región donde se compiló el *Brijad-araniaka-upanishad*, considerado entre los *Upanishad* más antiguos, bajo el imperio del rey Yanaka de Mithila. Tanto Siddhartha Gautama (después conocido como Buda) y Majavira (el histórico fundador del yainismo) provienen de esta región.

La antigua India tenía dos líneas de pensamiento: las religiones shramana y las védicas (hoy continuadas en el hinduismo). Tanto el budismo como el yainismo son continuación de las tradiciones shramánicas que han coexistido con la tradición védica. Ambas corrientes han existido conjuntamente durante miles de años, influyendo y siendo influidas se entre sí, durante todo ese tiempo.

El budismo antiguo estaba muy influido además por la cosmología brahmánica, incorporando algunos de los conceptos que aparecen en los *Upanishads*.

El primer Buda aceptaba e incorporaba a su doctrina varias creencias ya existentes, pero teniendo en cuenta que para alcanzar la salvación no debía aceptarse como fe ni a las autoridades, ni las escrituras ni la existencia de un dios.

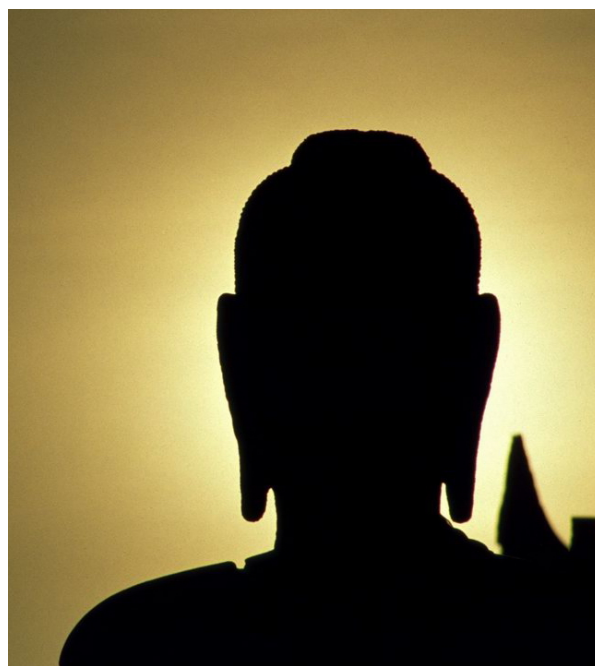
A su vez, religiones indias aparecidas posteriormente, fueron influidas por las nuevas interpretaciones e ideas nuevas del budismo.

El budismo tuvo un cierto predominio en el subcontinente indio, pero fue eclipsado en su lugar de origen por el hinduismo y el islamismo. En cambio, el budismo floreció fuera de India. Así el budismo tibetano puede ser visto como una continuación del budismo tal y como existía en India antes de las invasiones musulmanas. Hoy en día predomina en la región del Himalaya, como budismo theravada (en Sri Lanka) y como budismo zen (en el este de Asia).

Historia antigua

Se cree que muchos textos hindúes, como los *Puranas*, han sido escritos y compuestos después del nacimiento de Siddhartha Gautama, ya que en varios de ellos se menciona a Buda. El consenso a nivel divulgativo es que la *Bhagavad Gita* también es posterior, igual que los cinco primeros *Upanishads*.

Parece ser que algunas enseñanzas budistas han sido formuladas como respuestas a ideas presentes en los *Upanishads* más antiguos, en algunos casos concordantes en sus enseñanzas y en otros críticos y reinterpretando los textos anteriores.



Silueta de Buda en Ayutthaya (Tailandia).

Brahmanismo

Del seno del brahmanismo nació el budismo (siglo V a. C.), religión que significó en cierto modo una reacción contra la rigidez dogmática y, principalmente, contra la casta sacerdotal como depositaria exclusiva de la religión, la ciencia y el poder socioeconómico que proponía la religión hindú.

Similitudes

Lenguaje

Casi cada término religioso sánscrito tiene su equivalente en el léxico budista en la filosofía hindú. El primer Buda adoptó muchos de los términos ya utilizados en discusiones filosóficas de su tiempo. En cualquier caso, muchos de estos términos fueron reinterpretados o redefinidos en la tradición budista.

Se puede ver un ejemplo específico de esto en el *Sonadanda Sūtra* del Digha Nikaya, donde Buda provee una definición del verdadero brahmán basado en el comportamiento ético más que en el sistema de castas y la herencia.

De manera similar, en el 'Samanna-phala Sūtra', Buda es escéptico presentando una reinterpretación de los 'tres conocimientos' (*tevijja*) —término pali similar al sánscrito *trividya* únicamente utilizado en la tradición védica para describir el conocimiento de los *Vedas*— en términos de sabiduría en la doctrina budista.

Murti

El término sánscrito *murti* suele hacer referencia a un icono en la que la imagen del espíritu divino es 'expresada' (*murta*). A un *murti* se le venera tras haber invocado a una divinidad con el propósito de ofrecerle la ceremonia. De esta manera al *murti* se le trata como una deidad. Los budistas ven a las estatuas de las deidades como puntos de enfoque en la meditación y que recuerdan el hecho de conseguir la budeidad.

Los budistas de alguna de las ramas del budismo majaiana veneran muchas deidades comunes a las existentes en el subcontinente indio en plena tradición védica, incluyendo deidades a las que los hindúes ya no rinden culto, como por ejemplo, Indra. Indra es venerado por chinos, coreanos y japoneses taishakuten, así como el dios elefante Ganesha es venerado como el señor Shoten.

En el libro *Ganesha, estudios de un dios asiático*, se dice que en el Kanjur tibetano se cuenta que Buda había enseñado el *ganapati hridaya mantra* (o *arya ganapati mantra*) a su discípulo Ananda. En cualquier caso, habiendo tomado los votos, un budista no le tendrá en cuenta si no es como ayuda en la vida diaria para cosas materiales como el tiempo o la comida, lo que le ayudará en su práctica budista.

Algo similar ocurre con Ganesha: una tradición tibetana sostiene que Chenrezig en un momento de compasión disolvió una emanación de sí mismo en Ganesha, como manera de bendecir a aquellos médicos practicantes del budismo. Sin embargo, los budistas no veneran a Ganesha.

Dharma

En el budismo se dice que el término pali *dhamma* (धम्म en silabario devánagari) significa 'camino de las grandes verdades'.

En cambio el término sánscrito *dharma* (धर्म en silabario devánagari) significa 'ley natural', 'deber', 'deber religioso' o 'religión'. También hace referencia a 'orden social', 'conducta adecuada' o 'virtud'. Los hindúes no llaman hinduismo a su religión, sino *sanatana dharma*, que se traduce como 'religión eterna'.

El *dharma* forma las bases de las creencias y prácticas originadas en India (el hinduismo, el budismo, el yainismo y sijismo), todas ellas con el *dharma* como punto central de sus enseñanzas. En estas tradiciones, los seres que viven en armonía con el *dharma*, consiguen recorrer antes el camino de *dharma yukam*, *moksha* (liberación espiritual) y *nirvana* (iluminación).

Mantra

Un *mantra* (मन्त्र) es un poema silábico religioso, normalmente escrito en sánscrito. Su uso varía de acuerdo a la escuela y filosofía que lleva asociada. Fueron utilizados originariamente como conductos espirituales, palabras o vibraciones que ayudan en la concentración en un punto del devoto. Se utilizan también en ceremonias religiosas para acumular fuerza y salud, evitar el miedo o eliminar enemigos.

Los mantras existían en las religiones védicas y más tarde fueron adoptadas por budistas, sijs y yainistas, aunque hoy en día es popular en prácticas espirituales alejadas de estas religiones asiáticas.

Ahimsa

Ahimsá (अहिंसा *ahimsā*) es la palabra sánscrita para definir la ausencia de *himsá* (daño). Se trata de un concepto religioso que hace referencia a la no violencia y al respeto por la vida en todas sus formas. Es interesante el diálogo de Buda en el *Chula Kamma Vibhanga Sūtra* con el brahmán Subha acerca de la muerte, ya que considera el énfasis védico en el *himsá*. Focalizar sobre el ahimsá y la no violencia sobre todas las cosas en la ética budista ha pasado por encima de los sacrificios tradicionales de los rituales védicos.

El hecho de evitar el *himsá* también se encuentra en otras tradiciones śhramaná. La literatura upanishádica, por ejemplo, suele ser crítica con los rituales védicos y enfatiza la internalización del significado y simbolismo del sacrificio más que el acto explícito.

La explicación del *karma* por parte del primer Buda en el *Chula Kamma Vibhanga sūtra*, cambia totalmente la idea de que una vida de sacrificio trae beneficios y excelencia para la persona que lo practica y su familia. Buda expone su punto de vista con una intención muy clara: cómo que matar vidas no conduce al bien sino a un acortamiento de la vida, algo que los brahmanes de la época veían como un verdadero problema.

Karma

El sánscrito *karma* (en silabario devánagari: कर्म) proviene de la raíz *kr*, 'hacer') es una palabra de origen muy antiguo que hace referencia a acciones o actividades y los resultados que de ellas derivan (También se conoce como *karma-phala*: 'los frutos de la acción'). Normalmente es entendido como un término que denota el ciclo completo de causa-efecto tal y como se describe también en las filosofías occidentales.

El *karma* es una idea central de las enseñanzas budistas, las cuales reinterpretan aspectos de la concepción prebudista del *karma*, haciendo desaparecer la idea de un equilibrio moral perfecto presente en algunas versiones de aquellas enseñanzas.

Algunos aspectos de las enseñanzas budistas del karma, como la transferencia de karma han sido sustraídas de las primeras enseñanzas brahmánicas.

Dhyana

Dhyana (meditación) ha sido un aspecto de la práctica de los yoguis en los siglos precedentes al primer Buda, buscando así el conocimiento sobre uno mismo. Buda lo construye sobre el concepto upanishádico/yóguico con introspección y desarrollando técnicas de meditación, pero rechaza las doctrinas de los yoguis acerca del yo espiritual.

El conocimiento religioso será entonces resultado de una práctica interior, religiosa y exterior, ética que van de la mano. Según el *Sāmañña Phala Sūtra*, este tipo de visión nace como resultado de la perfección de la meditación (*dhyana*) junto con la perfección de la ética. Muchas de las técnicas budistas fueron compartidas con otras tradiciones en su momento, pero el hecho de relacionar ética y sentimiento religioso de esta forma es original del budismo.

- Nota: La escuela budista *dhyana* fue llamada en chino «(escuela) *ch'ang* (que tiene un parecido fonético con el término sánscrito *dhyana*), que llegó al Japón transformada en zen.

Reencarnación

En India, el concepto de reencarnación se encuentra escrito por primera vez en los *Upanisháds* (pocos siglos antes de la era común), los primeros textos religiosos y filosóficos escritos en sánscrito.

El *Bhágavad Guitá* hindú establece que el alma (*atman*) es inmortal, mientras que el cuerpo está sujeto a nacimiento y muerte.

La idea de que el alma (o cualquier ser viviente, incluidos animales y plantas) se reencarna, está estrechamente unido a la idea de *karma* y el ciclo de muerte y renacimiento gobernado por el karma se conoce como *samsara*.

El círculo (*chakra*) del *samsara* en el budismo, enseña el ciclo de la reencarnación.

El primer Buda niega que los seres tengan un algo eterno e inmutable. Los budistas creen que un niño recién nacido puede ser la reencarnación de un maestro que ha llegado muy alto en su camino al nirvana y ha muerto antes de conseguirlo. En el budismo tibetano, se procura identificar a estos niños lo más temprano posible para ofrecerles formación y que lleguen a ser maestros de nuevo y puedan utilizar su capacidad para guiar a otros. Muchas biografías de maestros contienen hechos de este tipo desde niños, como la capacidad para memorizar textos muy largos habiéndolos leído una sola vez.



El niño dios Krishna robando leche.

Nirvana

La palabra sánscrita *nirvana* (en pali *nibbana*) se utiliza por primera vez en el budismo y no aparece en ninguno de los *Upanisháds* prebudistas. El uso del término en el *Bhágavad Guitá*, podría ser símbolo de una fuerte influencia budista hacia el hinduismo.

Simbolismo

- *Mudrá*: gesto con la mano muy simbólico al expresar una emoción. Buda aparece casi siempre representado con un mudrá.
- *Dharma chakra*: este símbolo budista utilizado por miembros de ambas religiones aparece en las banderas nacionales de la India y Tailandia. Buda lo utilizaba en sus enseñanzas.
- *Rudrá raksh*: especie de camas utilizadas por los monjes para rezar.
- *Tílak*: muchos hindúes marcan sus frentes con arcilla, que representa el tercer ojo.
- *Śikha*: Buda también marcaba la nuca con un mechón de pelo.
- Esvástica: es un símbolo para alejar el mal. Aparece dibujada en el sentido de las agujas del reloj o al contrario y se ve en budismo e hinduismo. En muchos casos aparece Buda representado con una esvástica en pecho. La esvástica se utiliza frecuentemente en la bandera de la comunidad budista existente en cada país.

Cosmología

Tanto budismo como hinduismo tienen el concepto de Naraka (inframundo o infierno) y Swargaloka (paraíso), la montaña Meru (o Sumeru) y el continente Yambu Duipa y entidades como los devas (dioses), asuras (demonios), nāga (serpientes), preta (fantasmas), iaksha (seres antropófagos), gandharvas (arcángeles mundanos), kinnaras, brahmā, etc. En ambos casos el tiempo se mide en *kalpas* (eones, de millones de años).

Ritual del fuego

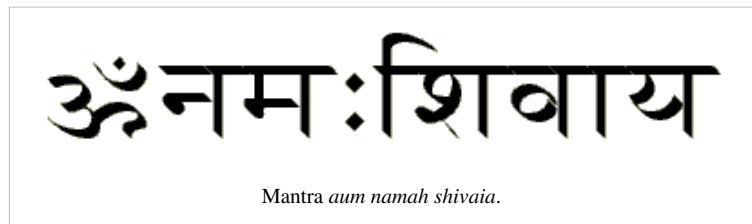
En Japón, el ritual Shingon deriva de las tradiciones hindúes y existen rituales similares en el budismo tibetano.

Yoga

El yoga está íntimamente relacionado con las prácticas de budismo e hinduismo, pero existen variaciones en el uso de la terminología en cada una. En hinduismo, el término yoga suele hacer referencia a las ocho formas definidas en los *Ioga Sūtras* de Patañjali (siglo III a. C. aprox.). En la

escuela nyingma de budismo tibetano, hace referencia a los seis niveles de enseñanzas en que se divide el tantra externo (kriyā yoga, chariā yoga y tantra yoga) y el *tantra interno* (maha yoga, anu yoga y ati yoga). Además, el yoga hindú ha tenido influencia en el budismo, notable por su austeridad, ejercicios espirituales y estados de trance.

Tanto en hinduismo como en budismo, los conceptos de *dhiana* y *samādhi* son comunes a sus prácticas meditativas. El origen de esto está en un abanico común en cuanto a terminología y descripciones de estados meditativos en ambas tradiciones. Lo más notable en este contexto es la relación entre los sistemas de los cuatro estados dhyana budistas y los estados *sampragñata samādhi* del yoga clásico.



Budismo zen

Durante los siglos que sucedieron a la desaparición de Shakyamuni Buda, el budismo se extendió por toda India y el sudeste asiático. Pronto surgieron divergencias entre distintas maneras de interpretar las enseñanzas originales del maestro. Se crearon diversas escuelas y se desarrolló una compleja exégesis sobre el sentido real de lo enseñado por Buda. Esto produjo una cierta confusión en el mundo budista primitivo. Ante esta confusión, grupos cada vez más numerosos de maestros y monjes budistas decidieron retirarse a las montañas y a los bosques para dedicarse exclusivamente a la práctica de la meditación enseñada por Buda. Así, de manera poco organizada, fue naciendo la llamada escuela de dhyana.

Dhyana es un término sánscrito que significa 'absorción de la mente' y designa el estado de conciencia propio de la meditación budista. En chino *dhiana* se convirtió en *ch'an na*. Más tarde la expresión quedaría abreviada en *ch'an*. zen es la transcripción de este término al japonés.

Buda abandonó el ascetismo, se sentó tranquilamente, cruzó las piernas, se concentró en su postura y en su respiración. Durante el amanecer del octavo día de Zazen alcanzó un nivel superior de conciencia al ver el resplandor de una estrella. Se convirtió en Buda (aquel que se ha iluminado, el que se ha despertado). Buda encontró su verdadera naturaleza en el universo y una regla de existencia para todos los hombres.

El zen fue introducido en China por Bodhidharma, maestro que representaba la vigésimo octava generación de discípulos de Buda. China estaba dividida en esta época en estados rivales. El desorden reinaba por todas partes debido al desgarramiento que producía la lucha por el poder. El país se encontraba sometido a los tiranos y ensangrentado por las rebeliones.

La Dinastía Liang reinaba sobre uno de los estados de la antigua China. El emperador Wu-Ti, jefe de esta dinastía, budista ardiente, oyó hablar de *bodhidharma* y le recibió en su palacio. A la pregunta de Wu-Ti: «¿Cuál es el principio fundamental del budismo?». Bodhidharma respondió: «Un vacío inmenso. Un cielo claro. Un cielo en el que no se distinguen los iluminados de los ignorantes. El mundo mismo, tal y como es».

Wu-Ti, a pesar de que era un budista ferviente, no comprendió el mensaje de Bodhidharma. Éste último supo que la hora de difundir el zen en China no había llegado aún, por lo cual cruzó el río Yangtsé y se retiró en las montañas septentrionales, en el monasterio Shaolin.

Allí practicó zazen frente a un muro durante nueve años (algunos afirman que sin interrupción).

El zen se extendería rápidamente por China seis generaciones después, gracias a Eno (Huei-Neng) considerado como uno de los más grandes patriarcas del zen chino. A partir de Eno nació una flor con cinco pétalos. Esta frase zen quiere decir que el zen se abrió como una flor de cinco pétalos y se extendió por todo el país a través de las cinco escuelas que surgieron del linaje del Maestro Eno. Estas escuelas fueron Iggyo, Hongen, Soto, Unmon, Rinzai.

Por las montañas y los bosques de China se comenzaron a construir millares de templos en los que vivían miles de personas entregadas al estudio y a la práctica del dharma de Buda.

Con el tiempo, el zen impregnaría la civilización china elevando su pensamiento, cultura y arte de vivir a cotas sublimes. De estas cinco escuelas chinas, sólo tres llegaron a Japón: Soto, Rinzai y Obaku (esta última considerada rama de la escuela Rinzaí). Las otras dos se extinguirían en China.

En Japón sólo las escuelas Rinzaí y Soto alcanzaron una implantación importante, la primera debido a Eisai y la segunda a Dogen y Keizan. La tradición Rinzaí esta basada en una disciplina estricta destinada a desarticular las creaciones mentales. El *kōan* o pregunta enigmática de difícil resolución adquiere una gran importancia y su resolución, más allá del intelecto, conduce a la experiencia del *satori* y despertar.

La tradición Soto quiere antes que nada concentrarse sobre la vía de Buda, es decir, seguir la vida cotidiana de Buda, avanzando continuamente en la realización gracias a la práctica diaria, sin esperar nada especial. La esencia del Soto es *shikantaza*: sentarse, solamente sentarse.

Con el maestro Dōgen (1200-1254) la tradición Soto y la esencia misma del budismo alcanzan un grado de madurez y precisión difícil de encontrar en otras épocas. Su obra maestra, el *Shobogenzo* es una pieza imprescindible para comprender el budismo y la esencia de toda la civilización oriental.

Budismo tibetano

El yoga budista fue introducida en el Tíbet a través de la India bajo la forma de las enseñanzas vashraiana como se ve en las escuelas Nyingma, Kagyupa, Sakyapa y Gelukpa del budismo tibetano.

El yoga es fundamental en el budismo tibetano. En la tradición Nyingma, los practicantes progresan incrementando la profundidad en sus niveles de yoga, empezando con el *majá ioga* (gran yoga), continuando por el *anu ioga* (yoga minucioso) y alcanzando su práctica más profunda con el *ati yoga* (súper yoga). En la tradición Sarma, su equivalente es el *anuttara ioga*.

Otras prácticas del yoga tántrico incluyen un sistema de 108 *āsanas* o posturas practicadas con respiraciones que varían el ritmo del corazón en ejercicios y movimientos conocidos como *trul khor* o unión de la luna y el sol mediante la energía prajna. Son ilustrativas las posturas de los antiguos yoguis representados en los muros del templo de verano del Dalái Lama en Lukhang.

Las doctrinas budistas tibetanas enseñan un grupo de prácticas diversas que ofrecen una variedad de caminos hacia la verdad y la iluminación. Estas prácticas utilizan el tantra y el yoga; el yoga lo utiliza como forma de potenciar la concentración.

Las filosofías de Nagaryuna madhyamika y yogachara se utilizan en budismo tibetano como bases de las prácticas yóguicas.

En los siglos XIII y XIV, el tibetano desarrolla una clasificación en cuatro partes de los textos tántricos, basándose en el tipo de práctica que cada uno contiene, especialmente su énfasis relativo a los rituales yóguicos internos o externos. Las dos primeras clases, los llamados tantras inferiores, son los tantras *kriya* y *chatia*; las dos clases de *tantras* superiores son el yoga y el *anuttara-yoga*.

Diferencias entre budismo e hinduismo

- La existencia o no de Dios
- El concepto de *atman* (alma espiritual).
- La autoridad de las escrituras y los *Vedas*
- La budeidad y el papel de Buda Gautama
- Los conceptos de *nastika* y *pasanda*
- La conversión
- El sistema de castas

Vedas, Upanishads y Sutras

Para el no iniciado es muy común la confusión entre estos tres tipos de textos. Se expone aquí un breve resumen que pretende ser clarificador.

- Se denomina *Vedas* a los cuatro textos sánscritos que forman la base del extenso sistema de escrituras sagradas del hinduismo.
- Frente a la religión oficial expresada en los *Vedas*, los *Upanishad* presentaron una nueva cultura, ligada al mundo de los artesanos y comerciantes de las ciudades del norte de la India, que concibieron formas de vida y gobierno más flexibles y participativas. En este ambiente, muchas personas rechazaron la religiosidad y ceremonias de los *Vedas* y reaccionaron contra el poder de la casta bráhmuna (sacerdotes). Entonces se escribieron los *Upanishad* y aparecieron nuevos grupos religiosos, como el yainismo y el budismo (600 a. C.).
- Los *Suttas* o *Sutras* son mayoritariamente discursos dados por Buda o alguno de sus discípulos más próximos. Si bien se asocian principalmente a la religión budista, también puede ser utilizada la palabra *sūtra* para designar escritos de otras tradiciones orientales.

Enlaces externos

- [En.Wikipedia.org/Murti](http://en.wikipedia.org/Murti) ^[1] (Wikipedia en inglés).
- [En.Wikipedia.org/Śrāmanā](http://en.wikipedia.org/Śrāmanā) ^[2] (Wikipedia en inglés).

Referencias

[1] <http://en.wikipedia.org/wiki/Murti>

[2] <http://en.wikipedia.org/wiki/Sramana>

Cuatro nobles verdades

Las ideas reflejadas en las **cuatro nobles verdades** son parte del budismo. Fueron enunciadas por Siddharta Gautama.

Según el budismo las **cuatro nobles verdades** son:

1. Toda existencia es sufrimiento (duḥkha).
2. El origen del sufrimiento es el anhelo (o deseo, sed, "*tanhā*")
3. El sufrimiento puede extinguirse, extinguiendo su causa.
4. Para extinguir la causa del sufrimiento, debemos seguir el Noble camino óctuple.

Historia

El Buda alcanzó el nirvana bajo el árbol Bodhi, hace aproximadamente 2500 años. Después de su iluminación fue a encontrar sus antiguos discípulos, los cinco ascetas, en el norte de India. La primera enseñanza del Buda Sakyamuni después de abandonar el samsara fueron las cuatro nobles verdades. Sakyamuni lo expone así en el *Dhammacakkappavattana Sutta* (SN LVI.11):

"Esta, monjes, es la noble verdad de duḥkha: el nacimiento es dukkha, la vejez es dukkha; la tristeza, el lamento, el dolor, la pena y el desespero son dukkha; la asociación con lo que no se ama es dukkha; la separación de lo que se ama es dukkha; no conseguir lo que se quiere es dukkha. En breve, los cinco agregados del aferramiento son dukkha.

Y esta, monjes, es la noble verdad del origen de dukkha: el aferramiento que provoca el consiguiente devenir y que es acompañado por la pasión y el deleite, probándolo ahora aquí y ahora allí. El aferramiento al placer de los sentidos, el aferramiento a que algo aparezca, el aferramiento a que algo no aparezca.

Y esta, monjes, es la noble verdad del cese de dukkha: la restante disminución y cese del aferramiento, la renuncia, el abandono, la liberación, el dejar ir ese mismo aferramiento.

Y esta, monjes, es la noble verdad del camino de práctica que conduce al cese de dukkha: precisamente este Noble Camino Óctuple: el correcto punto de vista, la correcta resolución, el habla correcta, la acción correcta, el modo de vida correcto, el esfuerzo correcto, la atención correcta, la concentración correcta."

A semejanza de la medicina de la época, Buda actúa como un médico pero para la enfermedad del espíritu, donde su enseñanza es aplicada como una medicina. Así, lo que el Buda nos viene a presentar es de hecho algo muy similar a un procedimiento médico donde tenemos:

1. La observación del *síntoma* o *signo* de la enfermedad.
 2. El *diagnóstico* de la enfermedad.
 3. El *pronóstico* de las posibilidades de recuperación.
 4. La *prescripción* de una receta.
-

Las cuatro nobles verdades

El "síntoma": La insatisfacción

(en pāli: Dukkha Ariya Sacca)

Toda existencia es insatisfactoria "Esta es, oh monjes, la noble verdad sobre el sufrimiento. El nacimiento es sufrimiento, la vejez es sufrimiento, la enfermedad es sufrimiento, la muerte es sufrimiento, convivir con lo indeseable es sufrimiento, separarse de lo deseable es sufrimiento, no obtener lo que se desea es sufrimiento. Todo conlleva sufrimiento, la existencia y sus partes son sufrimiento."

Todo es sufrimiento, nada es felicidad completa, el sufrimiento está siempre presente. La muerte de uno mismo y de los seres queridos es sufrimiento, así como la enfermedad de nuestros seres amados y la propia es sufrimiento, incluso la convivencia con seres amados conlleva sufrimiento. Dukkha (sufrimiento en lengua pali) se refiere a un sentido más amplio de sufrimiento: dolor, tristeza, pena, imperfección, aflicción, impermanencia, insustancialidad...)

El "diagnóstico": La causa del descontento

(en pāli): Dukkha *Samudaya* Ariya Sacca):

El sufrimiento proviene del anhelo-aferramiento y la ignorancia "Esta es, oh monjes, la noble verdad sobre el origen del sufrimiento. La ignorancia, el deseo-apego y los cinco venenos son los que producen nuevos renacimientos, los que inclinan al placer y buscan la satisfacción aquí y allá, desanimándonos al no conseguir lo que queríamos. Es el deseo por la existencia, el deseo por la no existencia."

El sufrimiento surge del deseo o como consecuencia lógica de acciones pasadas "*torpes*" de elección propia. El motivo para realizar estas acciones, o sea, el origen y porqué del sufrimiento, son las pasiones humanas, expresadas en el budismo con una variedad de fórmulas, como por ejemplo los tres venenos o fuegos: ignorancia, aversión/odio, anhelo/aferramiento. Todo surge de no saber que todas esas acciones llevan al sufrimiento y no conocer la impermanencia e interdependencia de las cosas.

La posible cesación del sufrimiento

La *prognosis* (en pāli: Dukkha Nirodha Ariya Sacca):

El sufrimiento puede ser vencido "Esta es, oh monjes, la noble verdad sobre la supresión del sufrimiento. Esta cesación es posible eliminando nuestro deseo, librándose del deseo-apego, abandonarlo para siempre, no dándole acogida en nosotros."

Para terminar con nuestro sufrimiento hay que embarcarse en un estudio para hallar sus causas y comprobarlas por uno mismo, y después, eliminarlas. Hay que suprimir los cinco venenos y realizar acciones virtuosas, creando karma bueno. Esta noble verdad, en más profundidad, es el vacío, la sabiduría de la vacuidad, la realidad última, el corazón del Dharma.

El camino que lleva al cese del sufrimiento: El óctuple sendero

La *prescripción* (en pāli: Dukkha Nirodha Gamini Patipada Ariya Sacca):

Óctuple Noble Sendero "Esta es, oh monjes, la noble verdad sobre el camino que conduce a la supresión del sufrimiento, hacia la iluminación, el nirvana, El camino de las ocho ramas, el sendero óctuple por ejemplo:

1. Comprensión correcta
 2. Pensamiento correcto
 3. Palabra correcta
 4. Acción correcta
 5. Ocupación correcta
 6. Esfuerzo correcto
-

7. Atención correcta
8. Concentración correcta

Las cuatro nobles verdades contienen casi todas las enseñanzas del Buda y el budismo. Es por donde debería empezar cualquier principiante o interesado en el budismo y la meditación budista.

Las cuatro nobles verdades y *duḥkha*

Tras su despertar, Buda Gautama conoció que la verdad de su experiencia era muy difícil de transmitir a los demás, y durante unas semanas estuvo en tranquila seclusión. Según las escrituras budistas, finalmente pudo ver que existían personas que podrían también alcanzar el *Nirvāṇa*, entonces empezó su actividad como guía para otros.

El primer discurso (*Sutta*) que dio fue a sus antiguos compañeros de meditación, en lo que se conoce como "La puesta en marcha de la rueda del Dharma" (*Dhammacakkappavattana*). En este primer discurso, Buda Gautama establece las bases para la comprensión de la realidad del sufrimiento y su cese.

Estas bases se conocen como "Las Cuatro Nobles Verdades", las cuales constatan la existencia de lo que en el budismo se llama *Duḥkha*; una angustia de naturaleza existencial.

- ***Duḥkha* (el descontento) existe.**

La vida es imperfecta, la insatisfacción y el sufrimiento existen y son universales. Este es el punto de partida de la práctica budista, representa el *sine qua non* del budismo. Esta verdad contiene las enseñanzas sobre las Tres Marcas de la Existencia.

- **La causa de *duḥkha* es *trṣṇā* (en sánscrito: el deseo, el querer, el anhelo, la sed).**

El origen, la causa raíz, de *duḥkha* es el anhelo, el ansia o la sed (*trṣṇā*) de cualquier situación o condición placentera. Creemos que algún acto, logro, objeto, persona o entorno propicio nos llevarán a la satisfacción permanente del "yo", cuando el "yo" en sí no es más que una fabricación impermanente de la mente. Y de ahí que el origen del anhelo sea la **ilusión** o la **ignorancia** (*avidyā*) en la vida samsárica.

Los seres samsáricos no comprenden la manera y forma en la que realmente funciona el **karma**. Por ejemplo cuando se responsabilizan a factores externos por el malestar en la vida, en vez de a acciones y actitudes personales. Otras veces, por estar lamentándonos y culpándonos por nuestras acciones poco hábiles o torpes pasadas, nos causamos aún más *duḥkha* en el presente. El sentimiento de culpa causa sufrimiento, cuando lo que deberíamos hacer es cortar la raíz de esa culpa en nuestra conciencia ética para entonces cortar la raíz de los sentimientos negativos como la culpa. Esta verdad contiene la explicación del Surgimiento Condicionado.

- **Existe un cese de *duḥkha*.**

Según el budismo, a través del aprendizaje de la observación de los procesos considerados como ignorantes y alimentados por Los Tres Fuegos, se empieza a crear una base para lograr un cese de los mismos. La forma de escapar de la insatisfactoriedad de la vida es la de enfrentarnos de manera directa a esta condición insatisfactoria. Al enfrentarnos a la realidad, la entendemos como realmente es, sabemos las causas del sufrimiento y como no hacer que surjan. Esta verdad contiene la enseñanza sobre nuestra capacidad de llegar al Nirvana.

- **Existe un Noble Camino para lograr este cese.**

El método y la disciplina para eliminar la ignorancia, el anhelo y finalmente *dukkha* son el camino de la sabiduría, la ética y la meditación, expuesto de manera detallada en el Noble Camino.

Enlaces externos

- Sermón de Benarés ^[1] Cuatro nobles verdades
- SN 56,11 Dhammacakkappavattana Sutta - Discurso de la puesta en movimiento de la rueda del Dhamma - Cuatro Nobles Verdades y el Óctuple Noble Sendero ^[2] Este es el primer discurso del Buda, ofrecido poco después de su Despertar al grupo de cinco monjes con los cuales había compartido antes las prácticas ascéticas en el bosque. El sutta contiene las enseñanzas esenciales sobre los Cuatro Nobles Verdades y el Óctuple Noble Sendero.
- Las Cuatro Nobles Verdades ^[3]
- Las Cuatro Verdades Nobles ^[4] - por Ven. Ajahn Sumedho

Referencias

[1] http://es.wikisource.org/wiki/Serm%C3%B3n_de_Benar%C3%A9s

[2] http://www.bosquetheravada.org/index.php?option=com_k2&view=item&layout=item&id=690&Itemid=358

[3] http://www.bosquetheravada.org/index.php?option=com_k2&view=item&id=481&Itemid=27

[4] http://www.bosquetheravada.org/index.php?option=com_k2&view=item&layout=item&id=1077&Itemid=27

Camino medio

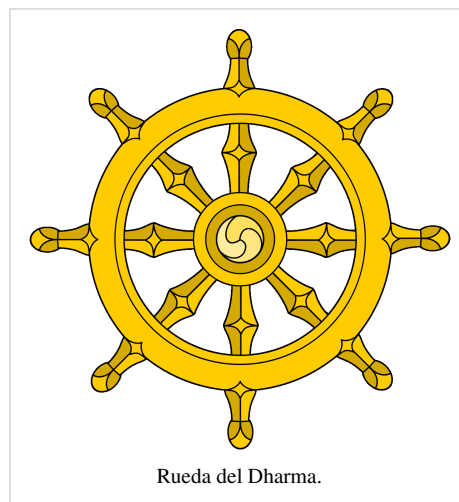
El **Camino Medio** o **Camino del Medio** (sánscrito: *madhyamā-pratipad*; Pali: *majjhimā patipadā*)^[1] es la práctica budista del **No Extremismo**.^[2]

Específicamente, en el Budismo Theravada, el camino del medio cristaliza el camino por el que Gautama Buda alcanzó el estado de Nirvana a través de la moderación que supone la huida de los extremos, tanto la indulgencia con los sentidos como la auto-mortificación y a través de la práctica de la sabiduría, la moralidad y el cultivo de la mente.

En el Budismo Mahayana y Vajrayāna, el Camino del Medio hace referencia a la aproximación aparentemente antiética de la realidad.

En budismo theravada

En el Canon Pali del Budismo Theravada, la frase *Camino Medio* se adscribe a la descripción que Buda da sobre el Noble sendero óctuple, como una forma de actuación entre extremos de austeridad e indulgencia sensual. Filósofos posteriores también han utilizado la denominación Camino Medio para referirse a las enseñanzas del Buda como un punto de vista entre los extremos de la existencia y la no existencia.



Rueda del Dharma.

En budismo mahayana

En el budismo Mahāyāna, la escuela Madhyamaka (Camino medio) coloca el camino del medio entre las afirmaciones metafísicas que hace que las cosas existan o no.^[3]

En la escuela del Tendaishū, el camino medio hace referencia a la síntesis de la idea de que todas las cosas son el vacío (Shunyata) con la antítesis de que todas las cosas tienen existencia fenoménica.^[4]

Notas

[1] Kohn (1991), p. 143. Ver también la versión Pali del Dhammacakkappavattana Sutta (on-line en SLTP, n.d.-b, sutta 12.2.1 (<http://www.mettanet.org/tipitaka/2Sutta-Pitaka/3Samyutta-Nikaya/Samyutta5/55-Sacca-Samyutta/02-Dhammacakkappavattanavaggo-p.html>)) donde la frase *majjhimā patipadā* se repite frecuentemente.

[2] Kohn (1991), p. 143.

[3] Kohn (1991), pp. 131, 143.

[4] Kohn (1991), pp. 143-144.

Bibliografía

- Dhamma, Rewata (1997). *The First Discourse of the Buddha: Turning the wheel of Dhamma*. Somerville, MA: Wisdom Publications. ISBN 0-86171-104-1.
- Gethin, Rupert (1998). *The Foundations of Buddhism*. Oxford: Oxford University Press. ISBN 0-19-289223-1.
- Harvey, Peter (2007). *An Introduction to Buddhism: Teachings, History and Practices*. Cambridge: Cambridge University Press. ISBN 0-521-31333-3.
- Kohn, Michael H. (trans.) (1991). *The Shambhala Dictionary of Buddhism and Zen*. Boston: Shambhala. ISBN 0-87773-520-4.
- Sri Lanka Buddha Jayanti Tipitaka Series [SLTP] (n.d.-a). *Ahara vaggo* (SN 12.2) [in Pali]. Retrieved 2008-01-03 from "MettaNet - Lanka" at <http://www.mettanet.org/tipitaka/2Sutta-Pitaka/3Samyutta-Nikaya/Samyutta2/12-Abhisamaya-Samyutta/02-Aharavaggo-p.html>.
- Thanissaro Bhikkhu (trans.) (1997). *Kaccayanagotta Sutta: To Kaccayana Gotta (on Right View)* (SN 12.15). Retrieved 2008-01-03 from "Access to Insight" at <http://www.accesstoinsight.org/tipitaka/sn/sn12/sn12.015.than.html>.

Enlaces externos

- Advayavada Buddhism Infocenter (<http://www.euronet.nl/~advaya/patipada.htm>)

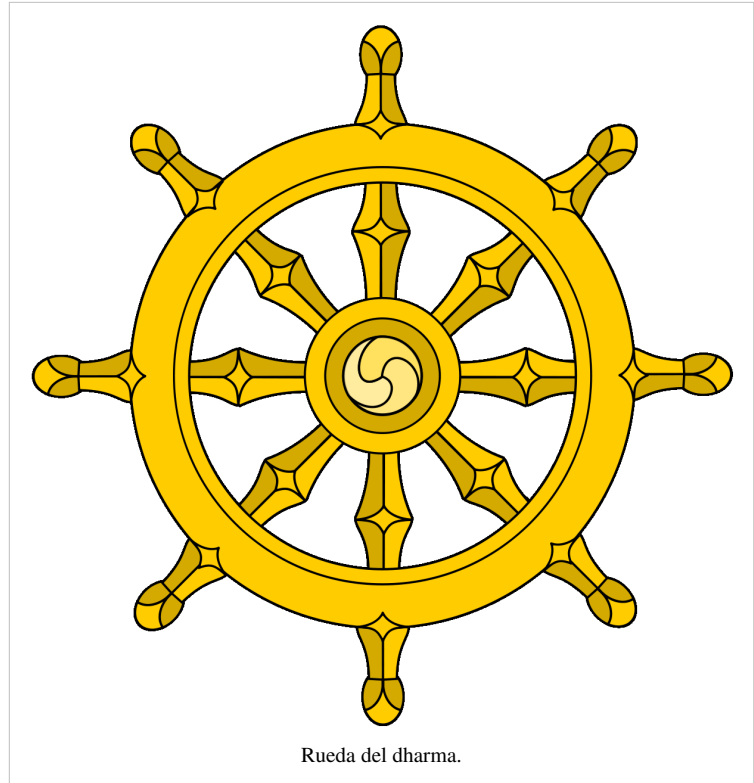
Noble camino óctuple

El **noble óctuple sendero** (en sánscrito: *āria śāṅga mārḡa* y en pali: *Ariya aṭṭhaṅgika magga*) es considerado, según el budismo, como la vía que lleva al cese de *dukkha* ('sufrimiento'). Este cese del sufrimiento se conoce como nirvana.

El noble camino es una de las enseñanzas budistas fundamentales; la cuarta parte de las Cuatro Nobles Verdades. En la simbología budista, el noble camino es usualmente representado con la rueda del dharma, donde cada rayo representa un elemento del sendero. Este símbolo también se utiliza para el budismo en general.

Los elementos del noble camino óctuple se subdividen en tres categorías básicas:^[1] sabiduría, conducta ética y entrenamiento de la mente (o meditación); para rehabilitar y desacondicionar la mente. En todos los elementos del *noble camino*, la palabra «correcta» o «recta» es una traducción de la palabra "sammā" (en pali), que significa 'plenitud', 'coherencia', 'perfección' o 'ideal'. El noble camino es:

- (pali: paññā) Sabiduría
 - 1 (sánscrito: dṛṣṭi • pali: diṭṭhi) visión o comprensión correcta
 - 2 (saṃkalpa • saṅkappa) pensamiento o determinación correcta
- (Sīla) Conducta ética
 - 3 (vāc • vācā) Hablar correcto
 - 4 (karmānta • kammanta) Actuar correcto
 - 5 (ājīva • ājīva) Medio de vida correcto
- (samadhi) Entrenamiento de la mente
 - 6 (viāiāma • vāiāma) Esfuerzo correcto
 - 7 (smṛiti • sati) Estar-Presente o Consciencia del momento correcta
 - 8 (samādhi • samādhi) Concentración o Meditación correcta

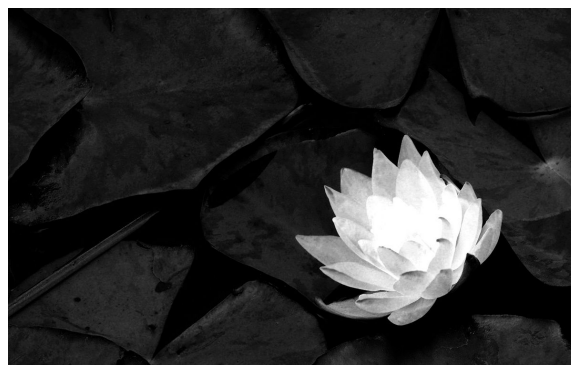


Aunque el camino está enumerado del uno al ocho, normalmente no es considerado como una serie de pasos lineales por los cuales uno debe progresar; más bien, como señala el monje budista y erudito Walpola Rahula, los ocho elementos del Noble Camino «deben ser desarrollados de manera más o menos simultánea, dentro de lo que sea posible de acuerdo a la capacidad de cada individuo. Todos están unidos y cada uno ayuda a la cultivación de los otros»;^[2] siendo esta una guía práctica que se hace en paralelo.

El Noble Camino Óctuple, por la forma en que está escrito, puede comprenderse de manera ordinaria o práctica por personas no budistas o de manera trascendental y sagrada para budistas.

Sabiduría

La categoría de la sabiduría del Noble Sendero está constituida por aquellos elementos que se refieren a aspectos mentales o cognitivos de la práctica del budista. Se dice que cuando alguien empezó a caminar en este noble sendero y además ha destruido las tres primeras cadenas *abre el ojo del dharma*, siendo ahora un sotāpanna.^[3] En general, es la búsqueda de conocimiento trascendental, para así no perderse en los caminos de la ignorancia y creencia en mentiras.



Flor de loto, símbolo del *nirvana*.

Visión o comprensión correcta

La visión o comprensión, a veces traducida como ‘perspectiva’, es el paradigma o filosofía que una persona tiene acerca de la realidad.^[4] La visión correcta se refiere al entendimiento y comprensión de las Cuatro Nobles Verdades del budismo. En el *Mahāsatipaṭṭhāna Sutta*, el Buda Śākyamuni explica esta faceta:^[5]

- entender el sufrimiento (El sufrimiento existe)
- entender su origen (El deseo es el origen del sufrimiento)
- entender su extinción (El cese del deseo erradica el sufrimiento)

En el *Sammādiṭṭhi Sutta*, el Buda Sariputra instruye que Correcto Entendimiento puede ser logrado alternativamente a través del entendimiento de: lo sano y lo malsano, los cuatro nutrimentos, las Doce Nidanas o las tres corrupciones.^[6]

Para el conocimiento de las Cuatro Nobles Verdades se tienen que entender otros fundamentos budistas como: *tri-laksana*, *anatta*, *nirvana*, *pratitya-samutpada*, *skandha* y *karma*.

Pensamiento o determinación correcta

Esta faceta, a veces traducida como ‘intención’, ‘motivación’, ‘aspiración’ o ‘nuestra voluntad para cambiar’ es explicada en el *Magga Vibhanga Sutta*.^[7] Correcto pensamiento es:^[8]

- intención de nekkhamma: renuncia del camino mundano para así poder alcanzar el *nirvana*, dejar ir; porque nada es constante
- intención de buena fe o voluntad
- intención de ajimsá: no-violencia hacia otros organismos

El pensamiento correcto se refiere a las emociones, y consiste en canalizar correctamente el pensamiento para conseguir una serena libertad respecto de la sensualidad, que se aparte de la mala voluntad y de la crueldad, y que se dirija hacia la bondad y la compasión.

Conducta ética (shila)

Esta faceta del Noble Camino es el entender que cada vez que hablamos o actuamos agregamos una carga kármica como consecuencia. La ética es considerada la base o fundación sobre la que los pensamientos y prácticas insanas terminan y los estados meditativos superiores empiezan.

Este aspecto del Noble Camino Óctuple es el más extrovertido, porque trata directamente con la relación entre budistas y demás miembros de su sociedad. Además este subgrupo del Noble Camino Óctuple constituye los Cinco Preceptos (sánscrito: *pañcha śīla*, pali: *pañcha sīla*), la base de la ética budista:

- Abstenerse de destruir la vida.
- Abstenerse de tomar lo que no nos es dado.

- Abstenerse de conductas sexuales inapropiadas o dañinas.
- Abstenerse de no decir lo que es propio.
- Abstenerse de mantener visiones equivocadas de la realidad.

En AN 11.2 (un acto de voluntad) del *Cetana Sutta* (sutra sobre la conciencia), el Buda Gautama dice que la ética es virtud (sin aferrarse a la virtud) que da libertad de remordimiento, la cual lleva a la alegría, serenidad y otras características de la naturaleza boddhi.

Es en la naturaleza de la realidad que la libertad del remordimiento surge en la persona dotada de virtud, consumada en virtud.

En el budismo, esto es también uno de los Diez Recuerdos junto con las Tres Gemas.

Está el caso del noble discípulo que recuerda sus propias virtudes, entonces [son] irrompibles, sin mancha, sin salpicadura, liberadas, elogiadas por sabios, sin suciedad, propicias para la contemplación.

Hablar correcto

Es la forma en que los budistas hacen el mejor uso de su hablar o lenguaje. En el Canon Pali, este aspecto del Noble Camino es explicado de la siguiente forma.^[7]

- abstenerse de mentir

Abandonando la mentira, se abstiene de mentir. Habla la verdad, se mantiene con la verdad, es firme, fiable, no alguien que engaña a los demás...

- abstenerse del hablar calumnioso, difamador

Abandonando el hablar calumnioso, difamador se abstiene del hablar calumnioso, difamador. Lo que ha oído aquí no dice allá para separar esa gente de la gente de aquí. Lo que ha oído allá no dice aquí para separar esa gente de la gente de allá. Así, reconciliando a quienes se hubieran separado o fortaleciendo quienes están en unión, ama la concordia, le place la concordia, disfruta la concordia, habla creando concordia...

- abstenerse del hablar irrespetuoso

Abandonando el hablar irrespetuoso, se abstiene de hablar irrespetuoso. Habla palabras que son tranquilizadoras para el oído, que son afectivas, que van al corazón, que son educadas, atractivas y placenteras para la gente en general...

- abstenerse del hablar frívolo

Abandonando el hablar frívolo, se abstiene de hablar frívolo. Habla lo que conviene, habla lo que es un hecho, lo que está de acuerdo con la meta, el Dharma y la Vinaya. Habla palabras que valen atesorar, convenientes, razonables, circunscritas, conectadas a la meta.^[9]

Con respecto a decir la verdad sobre conocimiento mundano, la *Cunda Kammaraputta Sutta* (AN 10.176) atribuye a Gautama lo siguiente:

«Está el caso en que cierta persona, abandonando la mentira, se abstiene de la mentira. Cuando alguien ha sido llamado [...], si se le pregunta como testigo: “Venga y diga, buena persona, lo que usted sabe”: Si no sabe, dice, “No sé”. Si sabe, dice, “Sí sé”. Si no vio, dice, “No vi”. Si vio, dice, “Sí vi”. Entonces nunca dice conscientemente una mentira por su propio bien, ni por el bien de otra persona, ni por alguna recompensa. Abandonando el falso hablar, se abstiene del falso hablar».^[10]

Con respecto a decir la verdad sobre conocimiento espiritual, la *Canki Sutta* (MN 95) atribuye a Gautama las siguientes prevenciones:

«Si una persona tiene convicción, declara: “Esta es mi convicción”, salvaguarda la verdad. Pero no llega a la conclusión definitiva “sólo esto es verdad; todo lo demás no tiene valor”».

«Si a una persona le gusta algo [...] sostiene una tradición irrompible [...] tiene algo razonado a través de la analogía [...] tiene algo en lo que está de acuerdo, habiendo analizado distintos puntos de vista, declara: "Esto es algo en lo que estoy de acuerdo, habiendo analizado distintos puntos de vista". Así salvaguarda la verdad. Pero no llega a la conclusión definitiva "sólo esto es verdad; todo lo demás no tiene valor"». ^[11]

Walpola Rahula resume este factor del camino diciendo que absteniéndose de participar en "formas de hablar malas y dañinas" significa que "uno naturalmente tiene que decir la verdad, tiene que usar palabras amigables y benevolentes, placenteras y amables, significativas y útiles". ^[12]

Actuar correcto

"Actuar correcto" o "conducta correcta" trata con la manera apropiada en que budistas deberían actuar en su vida diaria. En la *Sutra Cunda Kammaraputta* (AN 10.176), este aspecto del Noble Camino es explicado así:

- abstenerse de tomar la vida

Está el caso de cierta persona que, abandonando la toma de la vida, se abstiene de tomar la vida. Medita con su caña de pescar en descanso, su cuchillo en descanso, escrupuloso, misericordioso, compasivo por el bienestar de todos los seres vivos.

- abstenerse de tomar lo que no es dado, de robar

Absteniéndose de tomar lo que no es dado, se abstiene de tomar lo que no es dado. No toma, como un ladrón, cosas en una aldea o en la naturaleza, que pertenezcan a otros y no se las han dado.

- abstenerse de conductas sensuales inapropiadas, dañinas

Anguttara Nikaya AN 10.176 (Thanissaro, 1997b). Este discurso se da a un laico.

Medio de vida correcto

El "sustento" o "modo de subsistencia correcto" está basado en el concepto de *ajimsá*, o inofensividad, y esencialmente declara que un budista no debería optar por oficios o profesiones en los que, de forma directa o indirectamente, dañe otros seres vivos o sistemas. Estas ocupaciones incluyen "comerciar armas letales, bebidas intoxicantes, venenos, matar animales", entre otros. ^[12] "Comerciar con humanos" —tales como comercio de esclavos y prostitución— es también incorrecto, ^[13] así como también otras formas deshonestas de ganar riqueza, tales como "corrupción, estafas, engaños, robos, intrigando, persuadiendo, insinuando, subvalorando, [y] persiguiendo ganancias con ganancias". ^[14] En resumen Medio de vida Correcto consta de:

- renunciar a un vivir incorrecto
- ganarse la vida de una manera correcta

En adición, para un ejemplo en el cual el Buda Gautama instruye a un laico en la forma propicia para ganar y proteger las riquezas materiales, incluyendo consejos para ahorrar, ver la *Dighajanu Sutta*.

Samādhi; Entrenamiento de la mente

Esta agrupación de los tres últimos eslabones del sendero (*samādhi*) es la que recibe una mayor variedad de traducciones por parte de distintos autores, que pueden referirse a él también como 'meditación', 'concentración', 'disciplina mental', 'cultivo de la *mente* y *corazón*' o 'estar presente'. Esta sección está constituida por los elementos que tratan sobre como el practicante budista puede ir transformando la actividad de su mente, sus emociones, y la forma de ver la realidad.

Esfuerzo correcto

Este apartado (en sánscrito: vyāyāma) forma parte de *samādhi* por lo que se entiende que el esfuerzo es mental. Vyāyāma involucra el esfuerzo continuo, la práctica consciente para, esencialmente, mantener la mente libre de pensamientos que podrían perjudicar la habilidad para realizar o poner en práctica los otros elementos del Noble Camino. Por ejemplo, desearle el mal a otro organismo contradice el precepto —contenido en el pensamiento correcto— de desear lo mejor para los demás (inclusive que todos alcancen el nirvana). Este elemento se refiere al proceso de intentar desarraigar tales pensamientos malsanos y reemplazarlos.

El esfuerzo (a veces también llamado diligencia o energía) correcto, para un budista es considerado involucrarse en un esfuerzo que es sano en términos del *karma*; esto significa, en términos de las consecuencias que tengan esos esfuerzos.^[15] Para lograr un correcto esfuerzo es necesario (vīria) o energía espiritual. Las cuatro etapas de esta faceta son explicadas en el sutra SN 45.8.^[16]

- esforzarse en prevenir lo insano que no ha surgido todavía.
genera deseo, esfuerzos, persistencia, defiende y ejerce su intencionalidad de que el mal no surja; antes de que estas cualidades insanas surjan.
- esforzarse en destruir lo insano que ha venido.
genera deseo, esfuerzos, persistencia, defiende y ejerce su intencionalidad de que el mal sea abandonado; cuando estas cualidades insanas ya han surgido.
- esforzarse en producir lo sano que no ha surgido todavía.
genera deseo, esfuerzos, persistencia, defiende y ejerce su intencionalidad de que el bien surja; antes de que estas cualidades sanas surjan.
- esforzarse en cultivar lo sano que ha venido.
genera deseo, esfuerzos, persistencia, defiende y ejerce su intencionalidad para el mantenimiento, no-confusión, incremento, plenitud, desarrollo y culminación del bien; cuando estas cualidades sanas ya han surgido.

Smṛti; atención consciente correcta

Este elemento trata en detalle sobre la contemplación atenta y consciente en el budismo y se refiere a la práctica de mantener la mente en el instante presente (el estar en el ahora, el presente), atenta de fenómenos conforme vayan afectando el cuerpo y la mente. En la *Magga-vibhanga Sutta*, y otros sutras DN 22 (Thanissaro, 2000), MN 141 (Thanissaro, 2005) y SN 45.8 (Thanissaro, 1996). Este aspecto se explica de la siguiente manera:

- kayanupassana: atenta, consciente contemplación del cuerpo
contempla su propio cuerpo... consciente, atento, contemplando... habiéndose ya liberado, desarraigado del deseo y aversión mundanos.
- vedananupassana: atenta, consciente contemplación de la percepción de su entorno
contempla la propia percepción de su entorno.^[17] consciente, atento, contemplando... habiéndose ya liberado, desarraigado del deseo y aversión mundanos.
- cittanupassana: atenta, consciente contemplación de la mente
contempla su propia mente.^[17] consciente, atento, contemplando... habiéndose ya liberado, desarraigado del deseo y aversión mundanos.
- dhammanupassana: atenta, consciente contemplación de sus pensamientos
contempla la percepción de sus pensamientos.^[17] consciente, atento, contemplando... habiéndose ya liberado, desarraigado del deseo y aversión mundanos.

La Maha-parinibbana Sutta (DN 16) explica:

"Y cómo, Ananda, es una persona una isla en si misma, refugiándose en si misma, sin necesidad de buscar refugio externo; con el dhamma como su isla, el Dhamma como su refugio, sin necesidad de buscar otro refugio"

Concentración, meditación o absorción correcta

Este aspecto se explica en términos de los jhānas;^[8] niveles de absorción en la meditación:

- primer jhāna (pathamajjhana)

Bastante distanciado de la sensualidad, distanciado de estados insanos, una persona entra en la primera absorción (jhāna): éxtasis (piti) y felicidad (sukha) nacen del desarraigo, acompañados por el pensar discursivo y verbal (vitakka y vicara).

- segundo jhanna (dutiyaajjhana)

tranquilizando y relajando la mente, una persona entra en la segunda absorción (*jhāna*): éxtasis (*piti*) y felicidad (*sukha*) nacen de la concentración en la propia consciencia (*ekaggata*) libre del pensar discursivo y verbal (*vitakka* y *vichara*).

- tercer jhanna (tatiyaajjhana)

Con el éxtasis desvanecido, una persona se mantiene ecuánime, atenta, consciente, contemplando, físicamente sensitiva al placer. Entra y se mantiene en la tercer absorción (jhāna); llamado ahora por personas nobles como "ecuánime y contemplativo, alguien que tiene una morada placentera"

- cuarto jhanna (catutthajjhana)

Con el abandono del placer y el dolor... como con la desaparición anterior del éxtasis y del estrés... entra y se mantiene en la cuarta absorción (jhāna): pureza en ecuanimidad (upeksa) y contemplación, ni en placer ni en dolor.

El noble camino y la psicología cognitiva

El noble camino, en especial los tres últimos aspectos (samādhi), se relaciona con la psicología cognitiva porque prescribe una disciplina mental. El aspecto de esfuerzo (vyāyāma) correcto, en psicología cognitiva, se llama o está relacionado con la intencionalidad.

En el ensayo "Buddhism Meets Western Science", Gay Watson explica (traducción):

El budismo siempre se ha interesado en los sentimientos, emociones, sensaciones y cognición. El Buda señala tanto a las causas cognitivas como emocionales del sufrimiento. La causa emocional es el deseo y su opuesto negativo, la aversión. La causa cognitiva es la ignorancia de la manera en que las cosas realmente ocurren, o de las Tres Marcas de la Existencia: que todas las cosas son insatisfactorias, impermanentes y sin un ser esencial.^[18]

El Noble Óctuple Sendero es, desde un punto de vista psicológico, un intento para cambiar patrones de pensamiento y comportamiento. Es por esta razón que el primer elemento del camino es Entendimiento Correcto (sammā-diṭṭhi), que es como la mente de uno mismo ve el mundo. En el segundo elemento de la categoría de sabiduría (*paññā*) del Noble Camino, esta visión del mundo es conectada íntimamente con el segundo elemento, Pensamiento Correcto (sammā-saṅkappa), que concierne a los patrones de pensamiento e intencionalidad que controlan nuestras propias acciones. Estos elementos se pueden leer en los versos iniciales de la *Dhammapada*:

Todos los estados encuentran su origen en la mente. La mente es su fundamento y son creaciones de la mente. Si uno habla o actúa con un pensamiento impuro, entonces el sufrimiento le sigue de la misma manera que la rueda sigue la

pezuña del buey...

Todos los estados encuentran su origen en la mente. La mente es su fundamento y son creaciones de la mente. Si uno habla o actúa con un pensamiento puro, entonces la felicidad le sigue como una sombra que jamás le abandona.

Entonces, alterando la distorsionada visión del mundo de uno, con una "percepción tranquila" en vez de una "percepción contaminada", uno es capaz de mitigar el sufrimiento. Watson explica esto desde un punto de vista psicológico (traducción):

Hay investigaciones que han demostrado que acciones, aprendizaje y memorias repetidas pueden en efecto cambiar el sistema nervioso físicamente, alterando tanto la fuerza y conexiones sinápticas. Tales cambios pueden realizarse cultivando cambio en emoción y acción; que hicieron subsecuentes cambios de experiencias.^[18]

Más facetas

En la *Gran Sutra Cuarenta (Mahācattārīsaka Sutta)*,^[19] del canon pali, Sidharta explica que la cultivación del Noble Camino conduce a otra etapa después de alcanzar el nirvana. Esta es parte de la categoría sabiduría y es correcta liberación (*sammā vimutti*). Puede haber desde una hasta ocho liberaciones, pero esto no es claro todavía y se continúa estudiando.^[20]

Traducción al español

Samādhi se traduce como 'meditación', el cual es un término más coloquial y conocido por la población general, o como concentración, término algo más común en la literatura especializada. Esta concentración o meditación implica una práctica consciente y es uno de los ejes del budismo.

Vitaka, *vichara* y los términos que se usan como características que aparecen y desaparecen en los cuatro primeros jhannas, no tienen traducción completamente clara. Cuando hallan muchas traducciones, o no hallan traducciones claras o exactas se puede usar también el término original en sánscrito.

Notas

- [1] En el Canon pali, estas tres categorías básicas (pali: *khandha*) son identificadas por el Bhikkhuni Dhammadinna en el *Chulavedalla Sutta* (MN 44) (<http://www.accesstoinsight.org/tipitaka/mn/mn.044.than.html>). Estas categorías son similares a las articuladas por el Buda en su entrenamiento triple, según ha sido registrado por el *Sikkha Sutta de Anguttara Nikaya* (AN;3:88 (<http://www.accesstoinsight.org/tipitaka/an/an03/an03.088.than.html>) y AN 3:89 (<http://www.accesstoinsight.org/tipitaka/an/an03/an03.089.than.html>)).
- [2] Rahula 42
- [3] Four Stages of Enlighthment (<http://en.wikipedia.org>) de Wikipedia en inglés
- [4] *Ditthi Sutta* ('discurso sobre las perspectivas', AN 10.93) (Thanissaro Bhikkhu, 1994). (<http://www.accesstoinsight.org/tipitaka/an/an10/an10.093.than.html>)
- [5] Rewata Dhamma 45.
- [6] *Sammāditthi Sutta* ('discurso sobre el correcto entendimiento', MN 9) (Ñanamoli y Bodhi, 1991). (<http://www.accesstoinsight.org/lib/authors/nanamoli/wheel377.html>)
- [7] DN 22 (Thanissaro, 2000), MN 141 (Thanissaro, 2005) y SN 45.8 (Thanissaro, 1996) (SLTP, n.d., sutta 1. 1. 8).
- [8] Análisis del Noble Camino (<http://www.kusala.org/udharma/eightfold.html>) (en pali e inglés)
- [9] Estas palabras se le atribuyen a Sidarta Gotama y fueron dichas a un laico en AN 10.176 (Thanissaro, 1997b) y son descriptivas del comportamiento de monjes en DN 2 (Thanissaro, 1997e) y DN 11 (Thanissaro, 1997c).

En adición, en el Canon pali, mientras el Buda declara que laicos y monjes deben «hablar palabras... placentas para la gente en general», en la *Abhaya Sutta* (MN 58) el mismo declara que a veces habla palabras que son «factuales, verdaderas, beneficiosas, pero no queridas ni concordantes para otros, [porque] el [Sidarta Gotama] tiene un sentido del tiempo apropiado para decirlas... ¿Por qué es esto? Porque Tatagata tiene simpatía por los seres vivos» (Thanissaro, 1997a).

[10] AN 10.176 (Thanissaro, 1997b).

- [11] MN 95 (Thanissaro, 1999).
- [12] Rahula 47
- [13] Thanissaro 2001
- [14] MN 117 (Thanissaro, 1997d).
- [15] Kohn 63
- [16] DN 22 (Thanissaro, 2000), MN 141 (Thanissaro, 2005) and SN 45.8 (Thanissaro, 1996). Nótese que en este discurso, el Buda responde a la pregunta "¿Qué es esfuerzo correcto?" (pali: *katamo... sammāvāyāmo?*) con una explicación acerca de los cuatro tipos de esfuerzo (*padajati*)
- [17] traducción del inglés no es clara
- [18] Watson 2001
- [19] « MN 117: Maha-cattarisaka Sutta (<http://www.accesstoinight.org/canon/sutta/majjhima/mn117.html>)».
- [20] Lista de correo de Jhanna Support Group (<http://groups.yahoo.com/group/Jhanas/>), noviembre de 2007

Referencias

- Rahula, Walpola: *What the Buddha Taught*. New York: Grove Press, 1974. ISBN.

Enlaces externos

- GreatWesternVehicle.org (http://www.greatwesternvehicle.org/pali/GWV_Dictionary/dic_idx.htm) (El diccionario pali-inglés, inglés-pali de un contemplativo; en inglés).
- A Factorial Analysis of the Noble Eightfold Path (<http://vipassana.com/resources/8fp9.php>)
- SN 45,8 {14S5.1.1.8,8} Maggavibhanga Sutta - Discurso con el análisis del Sendero. (http://www.bosquetheravada.org/index.php?option=com_k2&view=item&layout=item&id=916&Itemid=358) El resumen del Óctuple Noble Sendero.

Naturaleza de Buda

La **naturaleza de Buda** (originalmente en sánscrito, *Buddha-dhatu* - "La sustancia de Buddha", "El principio del Buddha", chino: 佛性 pinyin *fó xìng*) es un concepto importante para muchas escuelas del budismo Mahāyāna. De la "naturaleza de Buddha" (*Buddha-dhatu*) se enseña que es un elemento totalmente real, aunque escondido dentro de las más puras profundidades de la mente, y presente en todas las criaturas sensitivas, con el que pueden llegar al "despertar" y llegar a ser un Buddha. En algunos sutras Mahāyāna se dice que es el equivalente del eterno Buddha en sí, esencia o alma (atman). Sin embargo la visión de Nagarjuna, el fundador del Mahāyāna, establece que la "naturaleza de Buddha" es algo vacío.

Samsara

Saṃsāra (sánscrito: संसार) es el ciclo de nacimiento, vida, muerte y reencarnación (renacimiento en el budismo) en las tradiciones filosóficas de la India; hinduismo, budismo, jainismo, bön y sijismo.

Según estas religiones en el transcurso de cada vida el karma (acciones hechas para bien o para mal) determina el destino futuro de cada ser en "el proceso del llegar a ser" (evolución o devolución). Este proceso cíclico termina con el logro del moksha.

Según el hinduismo, si uno vive de manera extremadamente malvada, uno renace como un animal u otro ser desafortunado.^[1]

Etimología

Saṃsāra deriva del sánscrito "*saṃsāri*", que significa 'fluir junto', 'pasar a través de diferentes estados', 'vagabundear'. La persona sujeta al *saṃsāra* se llama *saṃsāri*.

Ciclo de nacimientos y muertes

Saṃsāra es el ciclo de nacimientos, muertes y renacimientos en la mayoría de las tradiciones filosóficas de la India incluyendo el hinduismo, el budismo y el jainismo. Se asume como un hecho irrefutable de la naturaleza. Estas tradiciones difieren en la terminología con la que describen al proceso y cómo es interpretado.

La mayoría de estas religiones, consideran al *saṃsāra* negativamente, como una posición errónea de la que hay que escapar. Algunos como los adweitis, consideran que el mundo y la participación en el *saṃsāra* es fundamentalmente ilusorio.

El *saṃsāra* en el hinduismo

En el hinduismo impersonalista, el *saṃsāra* es visto como mera ignorancia de la verdadera naturaleza del ser: no hay diferencia entre el alma (el yo) y Brahman (lo divino). Debido a *avidya* ('ignorancia', lo contrario de *vidya*) el alma cree en la realidad del mundo temporal y fenoménico, lo que lleva a la confusión de creer que el cuerpo es el yo. Ese estado de ilusión es conocido como *māyā*.

Según el hinduismo personalista el *saṃsāra* es generado por el deseo del alma de disfrutar aparte de la Divinidad y sus allegados.



pintura tibetana o Thangka mostrando la rueda de la vida y los reinos del saṃsāra

Liberación del saṃsāra

El hinduismo tiene varios términos para referirse al estado de liberación de la materia, como *mokṣa*, *mukti*, *nirvana*, *samādhi* o *mahasamadhi*.

Las tradiciones de yoga sostienen creencias diferentes. *Mokṣa* o liberación se puede alcanzar mediante:

- el *karma ioga* o el sendero de la acción altruista, que subvierte el ego y obliga a la comprensión de la unidad de todo.
- el *gñāna ioga* (o yoga del conocimiento) mediante la discriminación entre lo que es real y lo que es maia, por medio de una intensa contemplación y del estudio de las Escrituras védicas.
- el *rāja yoga* (meditación) parte del cual implica la práctica del *hatha yoga*.
- el *bhakti yoga* camino espiritual o sendero de lo Divino.

El saṃsāra en el jainismo

En el jainismo, karma, anuvasin (ego) y el velo de māiā son considerados puntos centrales de sus creencias.

En el jainismo, la única liberación del *saṃsāra* se llama *mokṣa* o *mukti*. El *saṃsāra* es la existencia mundana caracterizada por los continuos renacimientos y reencarnaciones en varias formas de existencia. Se describe como una existencia llena de sufrimiento y miseria a la que, por tanto, merece la pena renunciar. El *saṃsāra* está con todos los seres ya que el alma está atada al Karma desde siempre, sin ni siquiera un comienzo temporal.

El saṃsāra en el budismo

Se corresponde con el sufrimiento, propio del mundo material, del que los seres humanos son los únicos seres reencarnados capaces de distanciarse, mediante la *liberación*, y, posteriormente, de separarse, mediante el nirvana. El tiempo necesario para liberarse del *samsara* depende de las prácticas espirituales y del karma acumulado en vidas anteriores.

El saṃsāra en el budismo mahayana

Los budistas utilizan el término *saṃsāra* para referirse a uno de los cinco *skandhas* ('estratos', 'capítulos') que forman la personalidad humana.

Referencias

- [1] " Alcanzando el Nivel de los Dioses (<http://www.thecanadianencyclopedia.com/index.cfm?PgNm=TCE&Params=A1SEC876926>) (en inglés)", *Hinduismo*, The Canadian Encyclopedia.

Enlaces externos

- Samsara – Tour of This Universe and Beyond (<http://veda.harekrsna.cz/samsara/index.htm>)
- Reincarnation: A Simple Explanation (http://www.stephen-knapp.com/reincarnation_a_simple_explanation.htm)
- Karma in Sikhism (<http://www.allaboutsikhs.com/mansukh/042.htm=Karma>)
- About Reincarnation (<http://www.aboutreincarnation.org/>)

Karma

De acuerdo con varias religiones dhármicas, el **karma** (en sánscrito: कर्म) sería una energía trascendente (invisible e inmensurable) que se deriva de los actos de las personas. De acuerdo con las leyes del karma, cada una de las sucesivas reencarnaciones quedaría condicionada por los actos realizados en vidas anteriores. Es una creencia central en las doctrinas del budismo, el hinduismo, el yainismo,^[1] el ayyavazhi y el espiritismo. Aunque estas religiones expresan diferencias en el significado mismo de la palabra karma, tienen una base común de interpretación. Generalmente el karma se interpreta como una «ley» cósmica de retribución, o de causa y efecto. Se refiere al concepto de "acción" o "acto" entendido como aquello que causa el comienzo del ciclo de causa y efecto. El karma está en contraposición con las doctrinas abrahámicas (judaísmo, cristianismo e islamismo). El karma explica los dramas humanos como la reacción a las acciones buenas o malas realizadas en el pasado más o menos inmediato. Según el hinduismo, la reacción correspondiente es generada por el dios Iama, en cambio en el budismo y el yainismo —donde no existe ningún dios controlador— esa reacción es generada como una ley de la Naturaleza (como la gravedad, que no tiene ningún dios asociado). En las creencias indias, los efectos del karma de todos los hechos son vistos como experiencias activamente cambiantes en el pasado, presente y futuro.^[2]



El karma es una de las bases de la filosofía oriental, y su influencia se hace notar en el código del samurái, el bushido.

Según esta doctrina, las personas tienen la libertad para elegir entre hacer el bien y el mal, pero tienen que asumir las consecuencias derivadas.

Etimología

Proviene de la raíz *kri*: 'hacer' (según el *Unadi-sutra* 4.144).^[3] Es errónea la etimología *karaṇa*: 'causa' y *manas*: 'mente', en boga en Occidente. La letra *n* final de *karman* (que no es una *n*) indica que se trata de un sustantivo neutro. Para analizar sus raíces habría que usar sólo el término *kar-ma* (no *kar-man*).

En pali se dice *kamma* y en birmano *kan*.

Karma: no sólo acciones físicas

Tanto para el hinduismo como para el budismo, el karma no implica solamente las acciones físicas, sino habría tres factores que generan reacciones:

- los actos
- las palabras
- los pensamientos.

Tanto el budismo como el hinduismo creen que mediante la práctica de esas respectivas religiones, las personas pueden escapar del condicionamiento del karma y así liberarse de los cuatro sufrimientos (que se enumeran igual en ambas religiones):

1. nacimiento
2. enfermedad
3. vejez
4. muerte.

Karma y reencarnación

Usualmente se asocia el karma con la reencarnación, ya que una sola vida humana no alcanzaría para experimentar todos los efectos de las acciones realizadas («cobrar» todo el bien que se ha hecho o «pagar» todo el mal que se ha realizado en vida).

En religiones teístas (como el hinduismo o el cristianismo) existe el concepto de alma. Bajo el punto de vista del karma, la reencarnación sería la nueva encarnación del alma en un nuevo cuerpo físico, en tiempo futuro, en el útero de una nueva madre.

En el hinduismo, el concepto de alma individual, o *yivá-atmán*, es una chispa del Espíritu Divino (*atman*) que todos tenemos, a diferencia del budismo, en que el objeto de la reencarnación corresponde a un registro de la mente.

Se entiende que existe un estado de pureza y sabiduría original, latente pero dormido, en la vida de todos los seres humanos. En el concepto oriental el ser humano olvida su naturaleza superior y se identifica erróneamente con el cuerpo en cada nuevo nacimiento.

La reencarnación —o transmigración de las almas— es el paso hacia la siguiente existencia física. El karma determina las condiciones bajo las cuales el individuo vuelve a la vida. Sin embargo, el estado de pureza y sabiduría latente sigue intacto y desarrollándose lenta y progresivamente vida tras vida, en una especie de evolución espiritual del alma/cuerpo astral a través de numerosos cuerpos físicos y personajes, un largo viaje desde nuestra naturaleza inferior o animal hasta nuestra naturaleza superior o divina.

Recuerdo de vidas anteriores

El yogui, gurú y escritor Yogananda creía que todos los seres realizados (entre quienes contaba a Jesucristo o Buda) podrían recordar sus vidas. Afirmaba también que él podía recordar a voluntad sus vidas anteriores. En cambio al ser humano común y corriente no le ayudaría recordarlas, debido al peso emocional que eso acarrearía. Por lo tanto el recuerdo de esas vidas está oculto, pero guardado en la «memoria del alma» o en la mente hasta que la persona esté preparada para recordarlas sin daño emocional.

La mayoría de las escuelas budistas enseñan que mediante la meditación se puede llegar a un estado de superconciencia llamado nirvana (*samādhi* en yoga), que es el fin de la existencia condicionada por el karma. Algunas, como las del budismo nichiren, entienden que no es posible escapar al ciclo de la reencarnación. Por lo tanto, la práctica budista intenta que las personas alcancen un estado de paz y felicidad absoluta en esta misma vida.

Los niños prodigio

El karma y la reencarnación serían la manera en que los orientales trataban de explicar el fenómeno de los niños prodigio, que serían resultado de muchas vidas de práctica en ese don particular. Esos niños serían almas que de alguna manera podían aprovechar el talento aprendido en vidas anteriores, que estaría almacenado en una inaccesible memoria astral o registros akáshicos (anales en el éter, sustancia mítica invisible, más sutil que el aire).

Difusión en Occidente

En Alejandría del Cáucaso (antigua ciudad de Afganistán fundada por Alejandro Magno, situada a unos 60 km al noroeste de Kabul) hubo una escuela de budismo con monjes budistas.^[4] Poco más tarde, el emperador indio Aśoka (304-232 a. C.) envió misioneros budistas a muchos países.^[5]

Durante el siglo XIX y XX, Occidente fue permeable a los conceptos religiosos provenientes de las antiguas colonias británicas y francesas en Asia. Así es como la creencia en la «ley del karma» ha tenido una importante difusión gracias a la penetración en Occidente del budismo, el hinduismo y el yoga, así como diversas escuelas de ocultismo, como la rosacruz (1614), y la teosofía (de Helena Blavatsky, 1831-1891).

A pesar de que Mahatma Gandhi (1869-1948) era adepto a las doctrinas del karma y la reencarnación, luchó contra la injusticia, aunque se desconoce si se apoyaba en algún basamento doctrinal.

Los creyentes en el karma sostienen que las injusticias sociales son simplemente la reacción de las malas acciones que habrían cometido las actuales víctimas en vidas pasadas. Cada víctima estaría sufriendo exactamente lo que hizo sufrir a otros (ni más, ni menos).

El karma en las religiones indias

El karma en el hinduismo

Según los hindúes, el karma es una «ley» de acción y reacción: a cada acción cometida le corresponde una reacción igual y opuesta. El encargado de hacer cumplir esta ley sería el omnisciente dios invisible Iama Rash (el 'rey de la prohibición') y sus monstruosos sirvientes invisibles, los *iamadutas* ('mensajeros de Iama').

Después de que una persona abandona su cuerpo al momento de la muerte, los *iamadutas* le arrastrarían hasta la morada de Iamarásh, donde es juzgado duramente de acuerdo con las acciones, registradas una por una en el libro de la vida, que recita Chitra Gupta, el secretario de Iamarash.

Según Yogananda, las explicaciones mitológicas serían la forma de explicar ciertas energías a personas sin educación, generalmente analfabetas, de forma que las diversas formas de energías astrales, invisibles y no registrables por los instrumentos actuales, se personalizarían y explicarían como si fueran dioses, semidioses, demonios, etc

Para el hinduismo, el castigo de las malas acciones puede recibirse

- durante esta misma vida (si la persona realizó muchísimos pecados).
- en los próximos nacimientos (en variados planetas infernales). Debe recordarse que en el hinduismo, la estancia en el infierno no es eterna.

Igualmente, el premio por las buenas acciones puede recibirse

- en esta misma vida (si la persona realizó muchísimas buenas acciones).
- en los próximos nacimientos (en variados planetas celestiales). Debe recordarse que en el hinduismo, la estancia en el paraíso no es eterna.

El karma en el budismo

La explicación del karma dentro de las doctrinas budistas es diferente de la hinduista. El karma no sería una ley de causa y efecto que implicaría la existencia de dioses invisibles encargados de hacerla cumplir, sino una inercia natural.

Por ejemplo, si una persona roba un banco y tiene éxito, es muy probable que vuelva a robar, y si una persona ayuda a un anciano a cruzar la calle, entonces es muy probable que esa persona siga ayudando a otras personas. En ambos casos, si la experiencia no produjera buenos resultados, entonces la inercia se haría menor (el ladrón robaría menos y el filántropo ayudaría menos). Cuando un sujeto roba un banco, esta acción quedará registrada en su mente alterando el flujo de ésta, y provocando en él una percepción errónea de la realidad («tengo derecho a tomar sin permiso las cosas que necesito»). En realidad este proceso sería subconsciente. Estas percepciones erróneas le condicionarán a sufrir más adelante, pues crean un estado mental propenso a la infelicidad.

El karma no sería entonces una recompensa o un castigo mágico a las acciones sino simplemente el hecho de que las acciones humanas tienen consecuencias tanto externas como mentales.

Según otra interpretación del karma más bien serían las dos cosas juntas, es decir, habría castigo y premio, pero no de forma mágica, sino mediante consecuencias automáticas de las acciones, en un concepto que implica la reencarnación, siempre unida al karma.

Fundamentación

Según el budismo, al comportarse de acuerdo con el karma, la persona debería tomar conciencia de que la búsqueda de la venganza y el mal traerá graves consecuencias en la vida diaria y en las vidas futuras. Esto permitiría aprender del sufrimiento, dominarlo y sacar provecho de él en términos espirituales para llegar al desarrollo de una vida más plena.

Puesto que todo acto tiene origen en la mente, el budista debe vigilar sus pensamientos y sus palabras, ya que también pueden producir bien o mal. Cada acción y palabra, buenas o malas, sería un búmeran que a veces vuelve en la misma vida y a veces en una vida futura.

El karma puede ser explicado como un fenómeno análogo a la inercia. Según esta visión, el individuo genera tendencias a través de sus causas. Un pensamiento, palabra o acción intencional, si se repite, se convierte en costumbre y condicionará una tendencia en el mismo sentido. En el futuro, las causas no necesariamente serían intencionales, sino que estarían influidas por causas previas. En este sentido, el karma constituye una influencia inconsciente, condicionante pero no determinante, pues somos siempre libres y podemos contrarrestar nuestras influencias o tendencias negativas. Aunque sean escasos en porcentaje, tenemos numerosos ejemplos de personas que han cambiado radicalmente de vida.

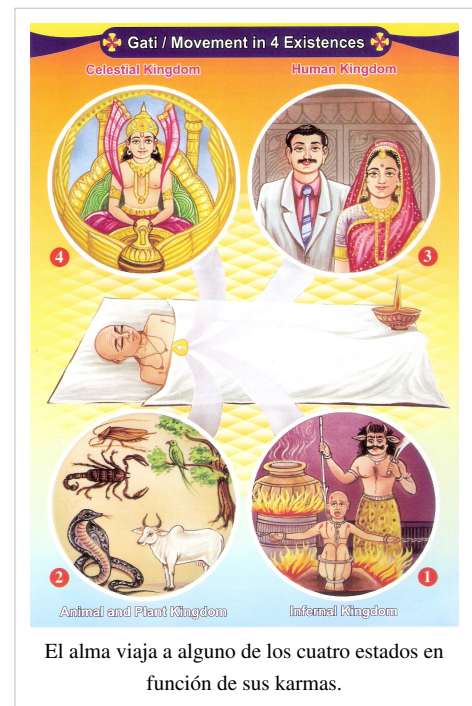
El karma en el jainismo

En el jainismo, el karma es un principio básico de la cosmología. Para el jainismo, las acciones morales humanas son la base de la reencarnación (*yivá*). El alma se encuentra atrapada en un círculo de renacimiento y atada a un mundo temporal (*samsara*), hasta que finalmente alcanza la liberación (*moksa*). Esta liberación se consigue siguiendo el camino de la purificación.^[6]

En la filosofía jainista, el karma no solo se refiere a la causalidad de la reencarnación sino que también se concibe como una materia tenue que se introduce en el alma oscureciendo sus cualidades naturales y puras. Se concibe el karma como una contaminación que tiñe el alma de diversos colores (*lesia*). En base a su karma, un alma realiza su trasmigración y se reencarna en varios estados de existencia.

Los jainistas señalan el sufrimiento, la desigualdad o el dolor como una prueba de la existencia del karma. Los textos jainistas han clasificado los tipos de karma en función de sus efectos sobre las capacidades del alma humana. La teoría jainista busca explicar los procesos del karma especificando las causas de su influjo (*āsrava*) y la atadura (*bandha*), mostrando el mismo interés por los actos en sí como por las intenciones detrás de los actos. La teoría jainista sobre el karma coloca toda la responsabilidad sobre las acciones individuales y elimina cualquier peso sobre una supuesta gracia divina o retribución. Además, la doctrina jaina también mantiene que es posible modificar el propio karma y también librarnos de él a través de la austeridad y la pureza de conducta.

Algunos escritores datan el origen de la doctrina del karma como anterior a la migración indoaria (mediados del II milenio a. C.) e indican que su actual forma sería el resultado del desarrollo de las enseñanzas de los sramanas, después asimilada en el hinduismo brahmánico en la época de las Upanishads (mediados del I milenio a. C.). El concepto de karma jainista ha sido objeto de crítica por parte de las doctrinas rivales como el budismo, el hinduismo vedanta o el hinduismo samkia.



Explicación teológica oriental acerca de la justicia divina

El karma sería la explicación filosófica que encontraron los orientales para entender por qué —si se supone que Dios es justo— a veces a las personas buenas les suceden cosas malas y a las personas malas les suceden cosas buenas. Cada uno estaría pagando acciones que no recuerda, porque las cometió en vidas pasadas.

Según el *Vedānta sūtra* las reacciones del karma no se reciben en esta misma vida.

Ante la pregunta de por qué a veces sí se ve sufrir a un criminal en esta misma vida, los hinduistas sostienen que en realidad estaría sufriendo las reacciones de una vida anterior, o bien pagando el karma de acciones realmente perversas en la misma vida, pues Yogananda dice que las acciones de extrema maldad suelen recibir el castigo en la misma vida.

Si el karma que tenemos acumulado es de muchas vidas, una sola vida no bastaría para «pagarlo» y «recogerlo» todo en una sola vida, sino que también se necesitarían varias.

Si el premio o castigo viniera automáticamente poco después (a los pocos meses/días/minutos) el karma sería evidente y no seríamos libres, o no tan libres. Por tanto castigos y premios pueden venir muchos años después o muchas vidas después, cuando las condiciones son propicias, también según Yogananda.

Según el hinduismo, Dios es neutral, y ha dejado a los semidioses la ejecución de la ley del karma, con sus premios y sus castigos. En cambio, según Yogananda, no habría ministros para ejecutar la ley del karma, sino que ésta se ejecutaría a sí misma como ley cósmica, astral o espiritual de forma automática.

Lo bueno o malo que le sucede a un ser humano no sería algo debido a la voluntad de Dios o las deidades (que es siempre amorosa), sino el resultado de los propios actos.

El karma en la cultura popular

Según una encuesta en Internet, el 27% de los estadounidenses creen en la reencarnación, el 31% en la astrología y el 68% en el Demonio.^[7]

- Radiohead publicó en 1997 la canción *Karma Police*, incluida en el *OK Computer*. El título proviene de una broma de los miembros de la banda, quienes, frente a cualquier conducta indebida a lo largo de la gira, se burlaban y decían "no importa, tarde o temprano al culpable se lo va a llevar la policía del karma".
- En la canción «Mind games», de John Lennon, dice: "Millions of mind guerrillas putting their soul power to the karmic wheel" ('millones de guerrilleros mentales poniendo el poder de su alma en la rueda kármica').
- El músico británico Boy George tiene una canción llamada «Karma chamaleon» ('camaleón del karma').
- En la canción «Bow bown, mister!», Boy George dice: "Si no tomas el voto, puedes comer la vaca sagrada, pero también tomas el karma".^[8]

Notas

- [1] Parvesh Singla. *The manual of life – karma* (<http://books.google.com/books?id=1mXR35jX-TsC&pg=PP5>). Parvesh singla. pp. 5–. GGKEY:0XFSARN29ZZ. . Consultado el 4 de junio de 2011.
- [2] Powis Hault: *A dictionary of some theosophical terms* (http://books.google.com/books?id=wnFAAAAAIAAJ&pg=PA67&dq=karma-phala.&as_brr=1&ei=PXULSuKuFobYMZ7ljdBMB). (pág. 67), 1910.
- [3] Citado en el *Sanskrit-English Dictionary* (1899), del indólogo británico M. Monier Williams.
- [4] Según Mb-Soft.com. (<http://mb-soft.com/believe/tom/buddhism.htm>)
- [5] Según el sitio WebSpace.ship.edu, (<http://webspace.ship.edu/cgboer/historiadelbudismo.htm>) la enciclopedia MSN Encarta dice que «[El emperador Asoka] envió misioneros a zonas como el remoto Epiro (en Grecia), Egipto y Libia».
- [6] Christopher Chapple (1990): pág. 255.
- [7] Estadísticas de crédulos en EE. UU. (<http://www.rickross.com/reference/general/general533.html>) en el sitio web RickRoss.com.
- [8] «If you do not take the vow / you can eat the sacred cow / you'll get karma anyhow...».

Bibliografía

- Chapple, Christopher (1990). S. Nicholson. ed. *Karma: rhythmic return to harmony*. Illinois: Quest Books. ISBN 0835606635.

Enlaces externos

- «Discurso de los cuatro tipos del kamma en detalle», (http://www.bosquetheravada.org/index.php?option=com_k2&view=item&layout=item&id=1070&Itemid=362) *Vitthara Sutta* 4,232 (233), kamma budista.
- «El karma budista», (http://www.bosquetheravada.org/index.php?option=com_k2&view=item&id=536&Itemid=136) en el sitio web Bosque Theravada.
- Qué es el budismo. (<http://www.queesbudismo.com.ar>)

Nirvana (espiritualidad)

En la filosofía shramánica, **nirvana** es el estado de liberación tanto del sufrimiento (dukkha) como del ciclo de renacimientos.

Es un concepto importante en el hinduismo, jainismo y budismo y suele alcanzarse mediante diferentes prácticas y técnicas espirituales.

Etimología

Nirvāṇa (नirvāṇa) es una palabra sánscrita que se puede traducir como ‘desatar’ (en referencia a los nudos de la mente)^[1] o como extinción, calma, quietud, desaparecer, cese, soplo de una vela (en donde la llama representa las pasiones incontroladas y se apaga). Se utilizaba comúnmente para designar un enfriamiento de algo, por ejemplo de la comida.^[2]

En otros idiomas se dice:

- नरिवाण (*nirvāṇa*), en escritura devanagari (del sánscrito);
- णरिवाण (*nirvāṇa*), en prākrito
- नरिबान, (*nibbāna*); en pali;
- 涅槃 (*nièpán*), en chino;
- 涅槃 (*nehan*), en japonés;
- นรพพาน (*nibpan*), en tailandés.
- 열반 (*yŏlban*), en coreano;



Estatua de Buda Sakyamuni, de la dinastía Tang, en la provincia de Hebei.

Definición

En el contexto religioso, este término pasa a aplicarse en las religiones surgidas en India como el hinduismo, budismo, jainismo, para así indicar un estado de cese de la actividad mental corriente y que significará una liberación espiritual. Dependiendo de cada contexto religioso, el nirvana tiene diferentes implicaciones. Las dos religiones más importantes respecto a su influencia en Occidente son la hinduista y la budista (fundada por el Buda Gautama).

En todas estas religiones, la palabra nirvana tiene connotaciones de quietud y paz. La persona que experimenta el nirvana se compara con un fuego apagado cuando su provisión de combustible se ha extinguido. En todas ellas también este combustible sería la falsa idea del Yo, que causa (y es causada por) el deseo, la necesidad, la conciencia, el nacimiento, la muerte, la codicia, el odio, la confusión, la ignorancia. Entonces el nirvana no sería un sitio ni un estado, sino una verdad absoluta que debe ser experimentada.

Según sus practicantes, la experiencia del nirvana es posible mediante:

- el trabajo y el estudio de uno mismo,
- las prácticas en sí (sin necesidad de un contenido religioso),^[*cita requerida*]
- la metafísica.

Cada uno de estos senderos considera que es el único que permite alcanzar el nirvana y considera que los demás senderos son seudoreligiosos y dirigidos por maestros o gurús falsos.

El nirvana en el hinduismo

El nirvana es el estado transcendente libre de sufrimiento y de la existencia fenoménica individual; es la experiencia religiosa más identificada con el budismo. La palabra procede de un verbo que significa *enfriarse* o *apagarse*, como el final de una vela. La connotación es que sólo en el nirvana están extinguidas las llamas de la lujuria, el odio, la codicia y la ignorancia. En estado de nirvana se rompe el ciclo de la transmigración, que de otra manera sería eterno. Su naturaleza ha sido muy debatida por el pensamiento occidental, algunos de cuyos investigadores sostienen que implica una total aniquilación aunque otros lo interpretan como beatitud eterna. Ambos puntos de vista son problemáticos en ocasiones, ya que el nirvana es indescriptible y sólo puede conocerse desde su experiencia.

En el hinduismo se habla de la unión con el uno absoluto (Brahman), por tanto aunque el nirvana apunta a un mismo suceso de paz interior, no se debe considerar exactamente con las mismas consecuencias que en el budismo, ya que de hecho el budismo redefinió el concepto de nirvana según sus propios postulados. Cada una por tanto tiene su propio marco religioso.

El hinduismo utiliza el término nirvana en su contexto de *mokṣa* (liberación del *samsara* o del ciclo de nacimientos y muertes repetidos), en el que el alma o *ātmān* se fundirá con la divinidad o lo absoluto. Esta liberación es por tanto una fusión del alma con la divinidad.

A su vez dentro del hinduismo este concepto de liberación es concebido de manera diferente por los distintos credos (*dárśanas*) hindúes. Los vaishnavas (vishnuistas, o devotos del dios Vishnú) consideran que *mokṣa* no implica la fusión monista del alma dentro de Dios, sino la aceptación del alma para servirlo. Por eso en el vaishnavismo no se desea realmente abandonar la reencarnación, sino servir a Dios, aunque sea sufriendo en este mundo lejos de él.

El nirvana en el budismo

Siddhartha Gautama se refería al nirvana de la siguiente manera: «*Hay, monjes, una condición donde no hay tierra, ni agua, ni aire, ni luz, ni espacio, ni límites, ni tiempo sin límites, ni ningún tipo de ser, ni ideas, ni falta de ideas, ni este mundo, ni aquel mundo, ni sol ni luna. A eso, monjes, yo lo denomino ni ir ni venir, ni un levantarse ni un fenecer, ni muerte, ni nacimiento ni efecto, ni cambio, ni detenimiento: ese es el fin del sufrimiento.*» (Udana, VIII, 2)

Como no se puede definir el nirvana con palabras, se lo suele delimitar por lo que no es:

- No es la existencia común a la que está sujeto el ser humano.
- No tiene principio ni fin (no se encuentra dentro del tiempo medible).
- No se puede generar o fabricar.
- No tiene dualidad, por lo que no puede ser descrito con palabras.
- No es un estado subjetivo de conciencia.
- No está condicionado a nada o por nada.
- No es ningún tipo de desarrollo o conversión.^[cita requerida]
- No tiene partes o etapas que se puedan distinguir unas de otras.^[cita requerida]

Buda Gautama redefinió la consecución del nirvana presente en el hinduismo mediante un proceso de meditación en el que se analiza el cuerpo y la mente como carentes de una individualidad intrínseca. En ese proceso existe un vacío de individualidad (*śūnyatā*) de todo lo presente en el cuerpo y mente del sujeto. Esta falta de una individualidad es también común en todos los fenómenos del universo.

Al igual que en el hinduismo, la realización del nirvana budista implica la liberación definitiva del sufrimiento de la existencia o de los diferentes estados de reencarnación a los que todos los seres están sujetos. Pero en el budismo esta idea será llevada hasta sus últimas consecuencias. La diferencia en el contexto hinduista es que esto ocurre por la unión a un absoluto (Brahman) a semejanza de lo que expone la mística de las religiones teístas occidentales.

La afirmación de que el budismo considera el nirvana como lo opuesto al *samsāra* (el mundo tal como lo vivimos ahora) no es correcta desde el punto de vista de la doctrina budista, toda vez que dioses y hombres están sujetos al *karma* y Buda expresó la liberación final de dioses y hombres en medio del mundo de los fenómenos. Por lo tanto, se distanció de ese estado de absorción en la divinidad o unión a un absoluto como vía de liberación definitiva tal como estaba presente en el hinduismo.^[cita requerida]

Śūnyatā es por tanto la naturaleza final de la realidad según el budismo y que Buda aplicó a cualquier estado de conciencia y existencia concebibles. En el budismo también aparece la idea de *parinirvāṇa* o liberación definitiva tras la muerte. El budismo *mahāyāna* de Asia Oriental entiende el nirvana no como un objetivo externo sino como el encuentro con la naturaleza más profunda de uno mismo, que solo necesita ser reconocida. Se refieren a él como hermandad budista, condición intrínseca, y vacío.

El nirvana en el jainismo

En el jainismo se refiere a la liberación de las ataduras del karma. Cuando un ser humano como un Tirthankara se libera de sus karmas finaliza su experiencia en el mundo logrando el nirvāṇa. Técnicamente, el final del período de vida es llamado nirvana en tanto que ha acabado la existencia terrenal y ha alcanzado la liberación. El Moksa sería entonces la liberación que sigue al nirvana. Así tendríamos un primer paso, el nirvana, que realiza el Arhat y que solo después y mediante el Moksa pasa a convertirse en siddha, el liberado.

Los jainas celebran el Diwali como el día en que Mahavira logró su nirvana. El Kalpasutra narra detalladamente el nirvana de Mahavira.^[3]

Referencias

- [1] Thanissaro Bhikkhu, (<http://www.accesstoinsight.org/lib/authors/thanissaro/nirvanaverb.html>)
- [2] *Sanskrit-English Dictionary*, de Monier Monier-Williams
- [3] Jacobi, Hermann (1884). *Kalpa Sutra, Jain Sutras Part I, Sacred Books of the East, Vol. 22* (<http://www.sacred-texts.com/jai/sbe22/index.htm>). Oxford: The Clarendon Press. .



Imagen del nirvana de Mahavira procedente del Kalpasutra. En ella se aprecia el Siddhashila, lugar al que acuden las almas de los que logran el nirvana.

Bibliografía

- Arnau, Juan (2008). *Arte de probar. Ironía y lógica en India antigua*. Fondo de Cultura Económica. ISBN 978-84-375-0621-0.
- — (2007). *Antropología del budismo*. Barcelona: Kairós. ISBN 978-84-7245-645-7.
- — (2006). *Abandono de la discusión*. (Traducción directa del sánscrito). Madrid: Siruela. ISBN 84-7844-247-2.
- — (2005). *La palabra frente al vacío. Filosofía de Nagarjuna*. México: Fondo de Cultura Económica. ISBN 968-16-7517-7.
- — (2004). *Fundamentos de la vía media*. (Traducción directa del sánscrito). Madrid: Siruela. ISBN 84-7844-762-8.
- Dragonetti, Carmen, y Fernando Tola: *La filosofía yoga: un camino místico universal*. Barcelona: Kairós, 2006.
- Flood, Gavin: *El hinduismo*. Madrid: Cambridge University Press, 1998.
- Harvey, Peter: *El budismo*. Madrid: Cambridge University Press, 1998.
- Mascaró, Juan: *The Upanishad*. Nueva York: Penguin, 1972.

Referencias

Enlaces externos

- Biblioteca de sutras y textos budistas (<http://es.geocities.com/sutrasbudistas>)
- Nibbana o Nirvana en el budismo (http://www.bosquetheravada.org/index.php?option=com_k2&view=item&id=540&Itemid=77).

Reencarnación

La **reencarnación** es la creencia consistente en que una esencia individual de las personas (ya sea mente, alma, conciencia o energía) adopta un cuerpo material no solo una vez sino varias.

Esta creencia aglutina de manera popular diversos términos:

- Metempsicosis, que viene del término griego *meta* (después, sucesivo) y *psyche* (espíritu, alma).
- Transmigración (migrar a través).
- Reencarnación (volver a encarnar).
- Renacimiento (volver a nacer).
- Recorporación (volver a corporificarse, volver a un cuerpo).

Todos estos términos aluden a la existencia de un alma o espíritu que viaja o aparece por distintos cuerpos, generalmente a fin de aprender en diversas vidas las lecciones que proporciona la tierra, hasta alcanzar una forma de liberación o de unión con un estado de conciencia más alto.

El mismo fenómeno pero sin la creencia en un alma o espíritu:

- Metempsomatosis: viene de *meta* (después, sucesivo) y *soma* (cuerpo).
- Palingenesia o palingénesis: procede de *palin* (de nuevo) y *genesis* (nacer/principio).

La creencia en la reencarnación ha estado presente en toda la humanidad desde la antigüedad, en las religiones egipcia, griega, hinduista, budista y romana. Está presente en la mayoría de religiones orientales, como hinduismo, budismo y taoísmo, y también en las religiones no «adulteradas» africanas y tribales de América y Oceanía. En la historia de la humanidad, la creencia de que una persona fallecida volverá a vivir o aparecer con otro cuerpo (con una personalidad generalmente más evolucionada) ha sobrevivido incluso dentro de las religiones judeocristianas (cristianismo, judaísmo e islam). Son prácticamente las únicas que no la contemplan, pero han permanecido bajo la forma de diversas herejías y posturas no oficiales.

Religiones orientales y tradiciones

Todas las religiones llamadas dhármicas (con origen en el hinduismo) afirman que la reencarnación existe en un ciclo sin fin (rueda del karma), mientras las buenas acciones o métodos religiosos (buen fin o propósito o dharma) no sean suficientes para causar una liberación o cese de este ciclo.

Las religiones tradicionales de los diversos países de Asia (como la de los ancestros en China o el shinto en Japón) incorporan la reencarnación e influyen en gran manera en la devoción popular y la cultura y el folclore de estos países.



La reencarnación representada en el arte hinduista.

Hinduismo

En la mitología de la religión brahmánica, al momento de la muerte del cuerpo, el alma o parte esencial abandona el cuerpo que se ha vuelto inservible, y es arrastrada por los iamadutas (los mensajeros sirvientes del dios Iamarásh, el encargado de juzgar el karma de todas las almas del universo); y juzgada. En Egipto antiguo, sus actos eran sopesados contra el peso de una pluma.

Dependiendo de las acciones buenas o malas, el alma se reencarna en una existencia superior, intermedia o inferior. Esto incluye desde estados de existencia celestiales a infernales, siendo la vida humana un estado intermedio. Este incesante proceso recibe el nombre de samsara ('vagabundeo'). Éste término proviene del verbo sánscrito *samsrí*: 'fluir junto', 'deambular'. Las religiones orientales se refieren a ese deambular (entretenimiento, codicia, acumulación de bienes, «matar el tiempo»...) como una vida sin propósito ni sentido.

Cada alma viaja por esta rueda, que abarca desde los semidioses (devas) hasta los insectos. El sentido de la trayectoria de un alma dentro de este universo lo marca el contenido o sentido de sus actos. Según el hinduismo popular moderno, el estado en el que renace el alma está determinado por sus buenas o malas acciones (karma) realizadas en anteriores encarnaciones.

La calidad de la reencarnación viene determinada por el mérito o la falta de méritos que haya acumulado cada persona como resultado de sus actuaciones; esto se conoce como el karma de lo que el alma haya realizado en su vida o vidas pasadas. El libro de Urantia (compendio revelado de muchas religiones) reconoce que lo que sobrevive es todo lo que contribuya al aumento de la conciencia. Las almas de los que hacen el mal, por ejemplo, renacen en cuerpos «inferiores» (como animales, insectos y árboles), o en estados aún más inferiores de vivencia infernal, o en vidas desgraciadas. El peso del karma se puede modificar con la práctica del yoga (aumento de la conciencia hasta los niveles más altos contemplativos y unitivos, según el grado y la modalidad de yoga), las buenas acciones (generosidad, conservar la alegría interior, responder bien por mal...), el ascetismo (privarse de lo que abotarga los sentidos e impide el crecimiento del alma, o impide la comunicación de los seres superiores con el individuo) y el ofrecimiento ritual (valor del agradecimiento y de la generosidad).

En el pensamiento religioso hinduista, la creencia en la transmigración aparece por primera vez en forma doctrinal en las escrituras religiosas indias llamadas *Upanishad*, que reemplazaron a los antiquísimos textos épicos no filosóficos llamados *Vedas* (entre el 1500 y el 600 a. C.). Las *Upanishad* fueron escritas entre el 400 a. C. y el 1600 d. C.

La liberación de la reencarnación en el hinduismo o liberación del *samsāra*, se consigue después de haber expiado o superado el peso de su karma, es decir, todas las consecuencias procedentes tanto de sus buenos como de sus malos actos. Este proceso es continuo hasta que el alma individual, Atman, está completamente evolucionada y se identifica o alcanza a Brahman, el creador del mundo, en donde es salvado de la desgracia de la necesidad de más renacimientos. Esta identificación sucede mediante prácticas yóguicas y/o ascéticas. Luego de su última muerte sale del universo material y se funde en la Luz Divina (la refulgencia que emana del Brahman), con la creencia de que el alma individual (*atman*), y el alma universal (Brahman) son idénticas..

Jainismo

El jainismo es otra religión previa al hinduismo y que surgió al mismo tiempo que el budismo. En el jainismo, las almas van recogiendo los frutos de sus buenas o malas acciones a través de sucesivas vidas. Cuando un jainista acumula suficiente buen karma, la pureza de su alma puede hacer que se reencarne en un *devá* o entidad semidivina, si bien esta situación no es permanente, por lo que los jainistas buscan una liberación definitiva.

Sijismo

La reencarnación es una creencia central de esta religión, también parte de las englobadas bajo la palabra Hinduismo. Los sijes creen que el alma tiene que transmigrar de un cuerpo a otro como parte de su evolución. Esta evolución finalmente resultará en una unión con Dios mediante la purificación del espíritu. Si uno no realiza buenas acciones,

el alma continúa reencarnándose para siempre. Desde la forma humana, si alguien realiza buenas acciones propias de un gurmukha, entonces consigue la salvación con Dios. El alma se purifica mediante la recitación del *naam* (nombre de Dios), teniendo presente al *waheguru* (maestro espiritual) y siguiendo el camino del *gurmat*.

Budismo

El budismo surgió del hinduismo pero incluyó una gran reforma de sus puntos de vista hasta constituir una nueva religión. Tiene una noción distinta de la reencarnación, ya que por un lado la niega y por otro la afirma. Niega que exista una entidad en el individuo que pueda reencarnarse; ni alma, ni mente, ni espíritu; llamado Anātman. Pero la afirma al decir que un nuevo individuo aparece en función de las acciones de uno anterior. Esta noción de reencarnación está más cerca de la palingenesia que de la transmigración. Los budistas creen que mediante la realización del nirvana, el estado de total liberación, se logra también el cese del renacimiento. Dentro del budismo, la tradición tibetana utiliza muy frecuentemente la reencarnación, mientras que otras, como la tradición zen, la ignora en buena medida. Así, la tradición tibetana indica que ha de pasarse por el *bardo*, que significa literalmente 'estado intermedio' o 'estado de transición', inmediatamente después de la muerte que duraría 49 días según el Libro Tibetano de los Muertos.

Las diferencias de concepción seguramente sólo provienen de distinto punto de evolución al que están refiriéndose, o a como conciben de distintas formas las posibles vías de evolución, así como a la influencia de las diferentes culturas. Más allá de tales aspectos «externos» —aunque tratan de aspectos muy profundos— habría una esencia común real y objetiva, imposible de definir con la limitada palabra humana.

El budismo, a diferencia del cristianismo y de las religiones occidentales, no ha concebido nunca una noción semejante a la de «alma inmortal» sino que está próximo a la palingénesis. En el *Milinda-pañha* ('preguntas del rey Milinda'), el sabio que instruye al rey plantea que existe una continuidad entre individuos (Yo soy tú y tú eres yo, viene a decir Cristo), pero que nada transmiga de uno a otro. Para comprender tales aparentes diferencias, habría que comprender el tema del tiempo y de la eternidad, y como desde la Eternidad un Macroser se separa en miles de millones de seres que son individuos que se creen separados entre sí (un libro que desarrolla el tema es Habla Seth). Para Santa Teresa, el Cielo es como un océano y los individuos son como gotas, indivisibles y a la vez fusionadas con el Todo Conciencia, pero Cristo vino a traer el Cielo (la conciencia suprema de unidad indivisible) a la Tierra. Milindapañha ejemplifica la (aparente) paradoja con el símil de una antorcha que enciende a otra: «Ni la llama ni la antorcha son la misma, y sin embargo una existe a causa de la anterior».^[1]

El budismo plantea el nirvana como cese de la rueda de los nacimientos y las muertes. La escuela mahāyāna le añade además un significado más universalista, señalando que dicho ciclo se terminará cuando todos los seres vivos hayan logrado la iluminación. Realmente lo que significa la reencarnación es el cambio en el transcurso de una misma vida. Es la evolución del yo. De la misma manera que el niño tiene que morir para dar lugar al adolescente con otros temores y otros deseos, las sucesivas reencarnaciones son cambios de perspectivas, de identidades, de verdades. Cambio de personalidad. Todo esto se da en una misma vida. No hay reencarnación luego de la muerte física sino que en el transcurso de una misma vida es posible ir muriendo y renaciendo cada vez. Eso es vivir en real presente sin dependencia del tiempo ni de lo externo.

Shinto

El shinto no se identificó a sí mismo como religión hasta la llegada del budismo a Japón, por lo que se vio influido en sus creencias. Siendo una mezcla de animismo y chamanismo, ya tenía presente la noción de reencarnación en forma de espíritus o almas que se relacionaban con los vivos. El shinto no tiene por tanto una soteriología clara de salvación, sino que los japoneses acuden para esto al budismo. Con la absorción de nociones budistas, el shinto convertirá a algunos de sus elementos míticos como los llamados *kami*, en seres que se reencarnan con misiones diversas.

Taoísmo

El taoísmo es una visión filosófica de la vida y la naturaleza, cuya faceta religiosa se caracteriza por métodos de vida, salud y meditación. Según el taoísmo, el tao es un principio supremo que impregna todo el universo, y por tanto su naturaleza es inmortal y eterna. La reencarnación existe ya que nada muere al estar todo lo vivo fluyendo con el tao. El taoísta no busca acabar con la reencarnación directamente, sino que sigue el camino del tao cuya culminación es volverse uno con el tao, y por tanto, conseguir la inmortalidad.

Religiones del oeste y tradiciones

Filosofía griega clásica

Diógenes Laercio describe una anécdota en la cual Pitágoras reconoce a un amigo fallecido en el cuerpo de un perro que había sido golpeado. Platón es el principal exponente de la reencarnación en los griegos del que tenemos noticia. En la obra *Fedro*, escribe cómo el alma humana, de acuerdo al descubrimiento de la verdad que haya alcanzado, nacerá en un tipo de cuerpo o en otro. Estas existencias suponen pruebas para que las almas se perfeccionen. En *La República* explica cómo el mítico guerrero Er muere en el campo de batalla pero regresa al cabo de diez días, durante los cuales ve a las almas de los hombres esperando renacer.

Judaísmo

De manera similar al cristianismo, la reencarnación no es admitida como doctrina oficial, si bien aparece dentro de la Cábala. En el *Zohar* (2.99b) se lee: «Todas las almas están sujetas a la transmigración, y los hombres que no conocen los caminos del Señor, que sean bendecidos; ellos no saben que están siendo traídos delante del tribunal, tanto cuando entran en este mundo como cuando salen de él. Son ignorantes de las muchas transmigraciones y pruebas secretas que deben de pasar».

Cristianismo

El cristianismo oficial actual rechaza la reencarnación de manera mayoritaria por considerarla una doctrina contraria a la *Biblia*,^[2] difícilmente armonizable con la creencia en la resurrección, y ajena a la concepción salvífica que mantiene esta religión. La doctrina de la reencarnación fue abolida por el emperador Justiniano, pero la abolición no fue firmada por el Papa, a quién Justiniano encarceló por negarse a firmarla. Solamente la firmaron los obispos del concilio que convocó Justiniano para la abolición, pues originalmente eran los emperadores quienes convocaban los concilios en vez de los Papas.

No obstante algunas denominaciones cristianas, tratadas como *apóstatas* por la corriente principal del cristianismo, han promovido la creencia en la reencarnación (principalmente el Nuevo Pensamiento e iglesias de la Nueva Era) o espíritus (muchas iglesias espiritualistas se identifican a sí mismas como cristianas). Estos grupos normalmente aseguran que tales doctrinas se pueden encontrar en la *Biblia*^[3] o en la tradición cristiana primitiva.

Cristianismo antiguo

Diversos grupos cristianos en los primeros tiempos, como los gnósticos, asumieron la creencia en la reencarnación, como elemento fundamental desde muy pronto, ya que esta concepción estaba muy extendida en el mundo clásico y antiguo. Algunos de los Padres anteriores al Concilio de Nicea I para combatir esta filosofía trataron este tema en sus escritos, rechazándola abiertamente y tratando de mostrar sus contradicciones a un pueblo que en aquellos días, probablemente, no tenía problema en asumir dicha creencia, dentro del marco del cristianismo primitivo, al estar éste influido por muchas tradiciones anteriores.

Tertuliano posiblemente fue el escritor que trató con mayor profundidad el tema, dedicando ocho capítulos de su tratado sobre el alma^[4] a la cuestión de la reencarnación.

Orígenes en cambio, se muestra ambiguo cuando favorece a la reencarnación en sus escritos y otras veces la rechaza.^[5]

Otros autores como Ireneo de Lyon,^[6] además de Orígenes,^[7] también trataron de refutar en repetidas ocasiones la creencia en la reencarnación.^[8]

Investigación sobre la reencarnación

El psiquiatra Ian Stevenson, de la Universidad de Virginia, ha investigado numerosos informes de niños que afirmaban recordar una vida pasada. Llevó a cabo más de 2.500 estudios de caso, en un período de 40 años, y publicó doce libros, incluyendo *Twenty Cases Suggestive of Reincarnation* (traducido al español como *Veinte casos que hacen pensar en la reencarnación*) y *Where Reincarnation and Biology Intersect*. Stevenson documentaba metódicamente las declaraciones de cada niño, y posteriormente encontraba la identidad de la persona fallecida con la que el niño se había identificado, y verificaba los hechos de la vida de la persona fallecida que coincidían con los recuerdos del niño. También encontró coincidencias de marcas y defectos de nacimiento con las heridas y cicatrices del fallecido, certificadas por historias clínicas, así como por fotografías de autopsias, en su libro *Reincarnation and Biology*.^[9]

Stevenson buscó evidencias refutatorias y explicaciones alternativas a los informes, y creía que sus estrictos métodos descartaban todas las posibles explicaciones "normales" para los recuerdos de los niños.^[10] Sin embargo, una gran mayoría de casos de reencarnación notificados por Stevenson se originaron en sociedades orientales, donde las religiones dominantes a menudo permiten el concepto de reencarnación. A raíz de este tipo de crítica, Stevenson publicó un libro sobre casos europeos del tipo reencarnación (*European Cases of the Reincarnation Type*). Otras personas que han llevado a cabo investigaciones sobre la reencarnación incluyen a Jim B. Tucker, Brian Weiss, y Raymond Moody.

Algunos escépticos, como Paul Edwards, han analizado muchos de estos relatos, llamándolos anecdóticos.^[11] Los escépticos sugieren que las afirmaciones de evidencia de la reencarnación se originan en el pensamiento selectivo y en los falsos recuerdos, que a menudo resultan de un sistema de creencias propio y de miedos básicos, y por lo tanto no se pueden tener en cuenta como evidencia empírica. Carl Sagan se refiere a los casos, aparentemente de las investigaciones de Stevenson, en su libro *El mundo y sus demonios* (*The Demon-Haunted World*), como un ejemplo de datos empíricos cuidadosamente recolectados, aunque rechazó, como mezquina, la reencarnación como una explicación de los relatos.^[12]

Una objeción a las afirmaciones sobre la reencarnación incluye el hecho de que la gran mayoría de la gente no recuerda vidas anteriores, y que no hay ningún mecanismo conocido por la ciencia moderna que permita a la personalidad sobrevivir a la muerte y viajar a otro cuerpo. Investigadores como Stevenson han reconocido esas limitaciones.^[13]

Perspectivas contemporáneas

Cultura popular occidental

Durante el siglo XX, Occidente ha sido más que permeable en lo tocante a la asimilación de conceptos religiosos-filosóficos provenientes de las antiguas colonias británicas y francesas de Asia, tal vez sólo con fines de ensanchar el gusto popular por lo exótico y remoto, y legitimar indirectamente el expansionismo con el favor de la publicidad. No obstante, la situación vivencial de muchos europeos y estadounidenses, víctimas de angustiosas incertidumbres provocadas por el caos económico y las tensiones políticas que afectaban directamente las concepciones personales de la vida, propició nuevas maneras de afrontar los interrogantes sobre el sufrimiento y la existencia. Fue auspicioso para la aristocracia estadounidense y europea evitar las tensiones internas entre los espiritualistas en boga (que siempre han contado con sugestiva influencia, en especial entre los jóvenes) y la búsqueda política de consenso. La reencarnación desvió las injusticias sociales hacia la explicación metacientífica

del karma, a tal punto que en el Reino Unido y en los Estados Unidos numerosas sectas orientalistas hacían énfasis en la neutralidad política y en la resignación ante los hechos nefastos de la vida social y personal, a favor de una búsqueda de la «verdad» en uno mismo con el fin de trascender a mejor existencia en una supuesta vida futura.

La noción de Renacimiento o como se ha traducido en Occidente de Reencarnación también se encuentra entre los Aborígenes de las Praderas en Estados Unidos: consideran que en la vida el hombre recorre el Camino Rojo o el Camino Negro y que al morir realiza un viaje cuya culminación en caso de haber seguido el primer sendero, consiste en cesar de nacer y morir y poder replegarse en el centro de todas las cosas. En cambio, una vida llena de afectos egoístas y equivocada, se hace merecedora de nuevos nacimientos para purgar su conducta.

Críticas

Pensadores modernos

Entre los pensadores modernos que han criticado la reencarnación se encuentra René Guénon^[14] quien se extiende sobre el concepto en su libro *El error espiritista*. Afirma que dicha doctrina es occidental y nada tiene que ver con las doctrinas orientales como la metempsicosis o la transmigración de las almas:

[La reencarnación] es una Idea perteneciente al espiritismo kardecista que ha sido adoptada por otras escuelas neoespiritualistas. El comienzo no estuvo exento de polémicas. Así, los espiritistas estadounidenses e ingleses fueron unánimes en su oposición (ver Daniel Dunglas Home, *Les lumières et les ombres du spiritualisme*, pág. 118-141). En Francia mismo, algunos de los primeros espiritistas, como Piérart y Anatole Barthe, se separaron de Allan Kardec sobre este punto; pero, hoy en día, se puede decir que el espiritismo francés por entero ha hecho de la reencarnación un verdadero «dogma». Es del espiritismo francés de donde esta idea fue tomada por el teosofismo primero y luego por el ocultismo papusiano y diversas otras escuelas. La idea en sí es una invención moderna enteramente occidental. Sería más justo hablar de «concepción social»: para los socialistas franceses de la primera mitad del siglo XIX, que se la inculcaron a Allan Kardec, esta idea estaba destinada a proporcionar una explicación de la desigualdad de las condiciones sociales. Los espiritistas han conservado este mismo motivo e incluso han querido extender la explicación a todas las desigualdades, tanto intelectuales como físicas (Allan Kardec, *Le Livre des Esprits*, p. 102-103; M. Léon Denis, *Après la mort*, p. 164-166; Papus, *Traité méthodique de Science occulte*, p. 167 y *La Réincarnation*, p. 113 y 118).

René Guénon

Referencias

- [1] *Milindapañha* (<http://www.accesstoinight.org/tipitaka/kn/miln/miln.intro.kell.html>)
- [2] Hebreos 9,27; 2 Sm 14,14; 2 Mac 7,36
- [3] Juan 9:2 (<http://www.biblegateway.com/passage/?search=Juan9:2;&version=DHH;>); Mateo 11:10-14 (<http://www.biblegateway.com/passage/?search=Mateo11:10-14;&version=DHH;>); Mateo 17:10-13 (<http://www.biblegateway.com/passage/?search=Mateo17:10-13;&version=DHH;>); Lucas 9:18-20 (<http://www.biblegateway.com/passage/?search=Lucas9:18-20;&version=DHH;>);
- [4] Tertuliano, *De ánima*, capítulos XXVIII, XXIX, y ss.
- [5] «Cada cual, por consiguiente, de aquellos quienes descienden hacia la tierra es, de acuerdo a sus méritos o a la posición que tenía allí, ordenado para nacer en este mundo ya sea en un lugar diferente, o en una nación diferente, o en una ocupación diferente, o con diferentes debilidades, o para ser descendiente de padres religiosos o al menos píos, así como a veces para producir que un israelita descienda entre los escitas y que un pobre egipcio sea traído a Judea». De Principiis IV Cap. 3, 10, 26, 23. Consta en el latín de la traducción de Rufino de esta manera: *Unusquisque ergo descendit in terram pro meritis vel loco suo, quem ibi habuerat, dispensatur in hoc mundo in diversis vel locis vel gentibus vel conversationibus vel infirmitatibus nasci vel a religiosis aut certe minus piis parentibus generari, ita ut inveniat aliquando Israeliten in Scythas descendere et Aegyptium pauperem deduci ad Iudaeam*. Del origen griego se conserva esto: *kai para toisde e toisde tois patrasin os dynasthai pote Israeliten pasein eis Schythas kai Aigypton eis ten Ioudaian katelthein*.
- [6] «Podemos derribar su doctrina de la transmigración de cuerpo a cuerpo por el hecho de que las almas no recuerdan ninguno de los eventos que habrían tenido lugar en su anterior estado de existencia». Ireneo de Lyon, *Contra las herejías*, II, XXXIII:1
- [7] «La transmigración es ajena a la Iglesia de Dios, no enseñada por los apóstoles, y no apoyada por las Escrituras». Orígenes, *Comentario de Mateo* XXIII, I:46–53

- [8] El destierro de la doctrina reencarnacionista empezó a expandirse en el año 312, cuando el emperador Constantino el Grande se convirtió al cristianismo. Hubo tres argumentos que eliminaron la idea de la reencarnación en el nuevo cristianismo, a pesar de que ninguna encíclica papal la condenara. La primera fue su desaprobación por parte del Concilio de Constantinopla II en el año 553, a instancias del emperador Justiniano I. Sus poderosos edictos incluyeron el decreto que consideraba anatema cualquier enseñanza sobre la preexistencia del alma, así como la doctrina de su retorno a la Tierra. También fue decisivo para el destierro del concepto reencarnacionista la condena de la metempsicosis, establecida por el Concilio de Lyon (1274) y por el de Florencia (1439), en los que se afirmó que las almas que partían de este mundo se dirigían al Cielo, al Purgatorio o al Infierno. El tercer argumento, por último, fue la persecución, especialmente la de la Inquisición, y la supresión de las ideas por la fuerza de las armas, de las que el ejemplo más cruel fue la denominada Cruzada Albigense, en 1209.
- [9] Cadoret, Remi. Book Review: European Cases of the Reincarnation Type (<http://ajp.psychiatryonline.org/article.aspx?articleid=177497>) *The American Journal of Psychiatry*, Abril 2005.
- [10] Shroder, T. « Ian Stevenson; Sought To Document Memories Of Past Lives in Children (<http://www.washingtonpost.com/wp-dyn/content/article/2007/02/10/AR2007021001393.html?nav=hcmodule>)», *The Washington Post*, 2007-02-11.
- [11] Rockley, Richard. Book Review: Children who remember previous lives (<http://www.skepticreport.com/newage/stevensonbook.htm>)
- [12] *Demon Haunted World*. Random House. 1996. p. 300. ISBN 978-0394535128.
- [13] « Ian Stevenson; Sought To Document Memories Of Past Lives in Children (<http://www.washingtonpost.com/wp-dyn/content/article/2007/02/10/AR2007021001393.html?nav=hcmodule>)». *Washingtonpost.com* (11-02-2007). Consultado el 03-03-2012.
- [14] En el capítulo VI de su libro reduce la idea de reencarnación al absurdo y en el capítulo VII se narran algunas extravagancias relacionadas con la reencarnación.

Enlaces externos

- Reencarnación en asatru.es (COE) (http://www.asatru.es/paginas/la_reencarnacion.htm) (en español)
- Reencarnación y experiencias cercanas a la muerte, Universidad de Virginia (<http://www.healthsystem.virginia.edu/internet/personalitystudies>) (en inglés)

Renacimiento (budismo)

En la India, la idea de reencarnación o transmigración tras la muerte era ya parte del contexto hinduista en el que nació el budismo. No obstante, en el budismo este fenómeno se tratará de un modo novedoso.

El Budismo prefiere el término "renacimiento" en vez de "reencarnación" debido a que no afirma la existencia un alma perdurable que pueda transmigrar. Así, el renacimiento en el budismo no es igual que la reencarnación en el hinduismo, ya que Buda Gautama negó explícitamente que hubiera algo permanente en la persona que fuera ocupando o usando distintos cuerpos. El renacimiento en el budismo es más cercano a la lógica del ADN o a una palingenesia próxima a como la entendía el filósofo alemán Schopenhauer. En el renacimiento budista, una relación de causas y efectos hará manifestar la existencia de otros individuos, pero no un alma o espíritu.

El budismo afirma que todos los seres con consciencia aparecen y desaparecen en virtud del karma, el mecanismo de causa y efecto. Así, las acciones de cuerpo, habla y pensamiento conllevan unos efectos pendientes que harán que se objetiven y experimenten con el tiempo, ya sea mientras el individuo está todavía vivo o después. La continuidad entre individuos la constituye ese hilo causal, que son manifestados como tendencias y circunstancias apareciendo en todos y cada uno de los seres.

El renacimiento o reencarnación budista no es visto nunca como algo deseable, ni significa un determinismo radical en nuestras acciones; puesto que precisamente el camino Budista sirve para que la persona pueda liberarse de esa cadena perpetua de causas y efectos. Si bien el individuo debe experimentar las circunstancias en las que le toca vivir, a la vez es el único responsable de lo que decida hacer en frente de ellas.

La meditación, práctica fundamental en el budismo, supone también aquí la herramienta más poderosa para el seguidor budista. Con la práctica aprende a observar cómo no existe un dueño de los pensamientos que afloran en su propia mente, pero que a la vez él es el único responsable de lo que decida hacer con ellos. El apego o no apego a ellos son por tanto la clave para lograr conseguir mayor ecuanimidad respecto a él mismo y al mundo, como actitud fundamental para su vida.

El tema del renacimiento tiene dos posibles interpretaciones o aspectos:

- El renacimiento de una *vida* a otra.
- El renacimiento de un *momento* a otro durante *esta* vida.

De hecho, muchos budistas occidentales no se plantean el tema de la reencarnación e incluso no creen en él. Ambos puntos de vista pueden ser también complementarios para aquellas personas que consideren la reencarnación en un sentido literal. Mientras que para el resto el renacimiento supone una explicación de la continua generación de la ilusión de un "Yo", o en palabras de Buda, de lo "compuesto". Mientras no exista un cese de este ciclo, nuestra experiencia común del mundo es llamada Samsara, o el mundo de los fenómenos.

Enlaces externos

- Renacimiento en el budismo ^[1]

Referencias

[1] http://www.bosquetheravada.org/index.php?option=com_k2&view=item&id=976

Cinco agregados

En el marco del budismo, los **cinco agregados** son los procesos en que se clasifica toda la experiencia individual de cada persona. En ellos no existe un sí-mismo (alma o esencia de la persona). En vez de ello el individuo es visto como un complejo cuerpo-mente, el cual existe por un flujo de procesos interdependientes o *dhammas* (las unidades básicas de un fenómeno, escrito en minúsculas para diferenciarlos del *Dharma* con mayúscula, las enseñanzas o la ley natural).

Estos agregados o agrupación de *dhammas* se llaman *skandha* (en idioma sánscrito) y *khandha* (en pāḷi)

Generalmente se llega a un corolario metafísico: lo que en Occidente se conoce como persona, está hecha de estos cinco agregados.

En la tradición budista theravāda, el sufrimiento aparece cuando la persona se identifica o apega a un agregado; por lo tanto, el sufrimiento se extinguiría al deshacer los apegos a los agregados. La tradición budista Mahayana agrega que la libertad espiritual se alcanza al penetrar profundamente en la naturaleza vacía de todos los agregados. Fuera de los conceptos didácticos budistas, *skandha* significa 'fardo, montón, masa, tronco de árbol'.

Descripción

- **Forma y cuerpo** (*rūpa*): incluye no solo el cuerpo en sí, sino además la propia imagen que la persona se hace de éste.
- **Sentimientos y sensaciones** (*vedanā*): son los datos (o información pura) que se reciben a través de los cinco sentidos y también a través de la mente. Pueden ser agradables, dolorosos o neutros.
- **Percepción y memoria** (en sánscrito *sangñā*, en pāḷi *saññā*): es el registro que se hace de esos estímulos sensoriales puros que la persona convierte en objetos reconocibles y distinguibles. Los pensamientos e ideas también se consideran objetos.
- **Estados mentales** (en sánscrito *samskāra*, en pāḷi *sankhāra*): 'confección, creación, formación, hacer'. Son los 'impulsos de la voluntad'. Es la construcción de la representación o de la experiencia subjetiva del objeto percibido.
- **Conciencia** (en sánscrito *viñāna*, en pāḷi *viññāna*). Es un acto de atención o respuesta de la mente en el que el conocimiento del objeto se hace consciente en nosotros. La conciencia desaparece y resurge cambiada de un instante a otro y actúa de manera discriminatoria y parcial ya que existe un aferramiento a lo percibido como

deseable, un rechazo contra lo no-deseable e indiferencia a lo neutro. Este constante movimiento genera insatisfacción o sufrimiento al no poder controlar cómo esos objetos percibidos aparecerán.

Todos los cinco agregados son impermanentes e inestables. Por eso en ninguno de ellos se podrá encontrar la esencia del ser o del yo. El entrenamiento budista busca conseguir que el practicante llegue a darse cuenta de manera constante cómo opera este proceso. Esto constituye un cultivo (*bhavana*) de la mente del seguidor. La importancia que el budismo da a poder realizar la insustancialidad radica en la consideración que hace de que la satisfacción permanente es sólo alcanzable sin una constante aparición de expectativas o temores para o de este yo diferenciado del mundo.

El símil de la carreta

La historia más común con la que se suele explicar este concepto la contó originalmente el Buda Gautama, y compara la búsqueda de una esencia en un ser humano con la búsqueda de una esencia en un carruaje o carreta a la que empezamos a desmontar para determinar el momento exacto y preciso en el que deja de ser una carreta a la que le faltan algunas piezas para convertirse en no más que un conjunto de piezas de carreta.

Anātman

(En pāli: *Anattā*) *Insustancialidad. No-yo. Ausencia de un alma. Insustancialidad. Carencia de un yo perdurable. Carencia de una existencia intrínseca.*

Anātman, la insustancialidad, es uno de los elementos más importantes y más característicos de las enseñanzas budistas, distinguiéndolas con respecto a las del resto de religiones mayoritarias. Por eso al Buda se le llama a veces *Anattā-vadi* (el maestro de la Insustancialidad). Es también sin lugar a dudas, el aspecto más difícil de asimilar correcta y plenamente para sus seguidores.

La palabra se compone del prefijo "*An*", que es una negación, y la expresión "*Atman*", alma, auténtico ser, si-mismo, o esencia verdadera. El *atman* es un concepto fundamental en el contexto de las religiones dhármicas del que surgió el budismo, y en el que Siddharta Gautama -su fundador-, siguió una línea *nastika* (heterodoxa), o lo que puede ser visto como una reacción a pensamientos existentes en aquel entonces.

Para el Buda, si todo cambia (*anitia*) entonces no puede haber una entidad permanente en el ser, de ahí *An-atman*. El budismo afirma que nuestra idea sobre la existencia de nuestro "*yo*" es en realidad una idea falsa que surge sobre lo que no es más que una colección temporal de numerosos procesos dinámicos interdependientes y condicionados en constante cambio. De estos procesos surge la conciencia así como la noción de ser una individualidad.

El no-yo no es equivalente a la aniquilación de la personalidad ni al nihilismo, ya que **no se afirma la inexistencia de la persona**, sino la inexistencia de una sustancia, esencia, o *entidad intrínseca* duradera en la persona. El budismo considera *yo*, *me* y *mi* como convenciones e ideas relativas necesarias para poder operar en la vida diaria. En la terminología budista se le denomina una *verdad convencional* en contraposición a una *verdad última* o absoluta. Ambas coexisten en la realidad, no obstante sólo vivimos una de ellas a causa de la ignorancia sobre ello.

Anatman, al igual que el resto de afirmaciones filosóficas del budismo, es para sus seguidores un elemento de práctica en el que investigar y no una convención de fe. Nace teniendo como punto de partida la experiencia, que siempre supedita a los razonamientos en el budismo. Esa experiencia de "*olvidarse a sí-mismo*", surge normalmente a través de un camino doble simultáneo de aprendizaje: debido a la práctica permanente de entregarse plena e incondicionalmente a la acción que se está realizando en este preciso instante presente, cualquiera que sea, y debido a la práctica de la meditación (*bhavana* o cultivo de la mente).

Moksha

Moksha es un término que se refiere a:

En las religiones indias

Moksha es un concepto empleado en el marco del hinduismo y el yainismo para referirse a la liberación de las ataduras del karma y del ciclo de reencarnaciones. Ambas religiones emplean el concepto con variaciones:

- **moksha (hinduismo)**
- **moksha (jainismo)**

Música, cultura y arte

- ***Moksha. Escritos sobre psicodelia y experiencias visionarias (1931-1963)***, recopilación póstuma (1977) de ensayos de Aldous Huxley (1984-1963).
- **Moksha** (1995-2006), grupo musical indio de heavy metal.
- **Moksha** (1989-), grupo musical británico de música electrónica.
- **Moksha**, festival cultural anual de cuatro días realizado por el NSIT (Netaji Subhas Institute of Technology) en Nueva Delhi (India).
- ***Moksha: salvation*** (2001) es una película de Bollywood dirigida por Ashok Mehta, protagonizada por Manisha Koirala y Arjun Rampal.
- **moksha** o Jehannum es uno de los tres seres malvados *ravers* en la saga de novelas *Crónicas de Thomas Covenant, el Incrédulo* (1977-2007) de Stephen R. Donaldson (1947–).

Geografía

- **Moksha**, río en el centro de Rusia, de 656 km de longitud, tributario del río Oka.
- **Mokshan** (11.623 habitantes), ciudad y centro administrativo del distrito Mokshansky, en el óblast de Penza (Rusia).

Etnografía

- **idioma moksha**, lengua relacionada con el idioma erzya, una de las lenguas finoúgricas (urálicas) habladas en Rusia.
- **moksha**, etnia que —junto con los erzya—, pertenecen a los mordvinos o mordvinianos, que son uno de los pueblos indígenas más grandes de Rusia.

Otros

- **moksha** o **moxibustión**, técnica creada en China, que consiste en la aplicación de calor concentrado con un cilindro al rojo hecho de *Artemisa vulgaris*, en determinados puntos del cuerpo según la anatomía oriental.
-

Trṣṇā

Taṇhā (Pāli: तन्हा), **Trṣṇā** (Sánscrito: तृस्ना) Posibles traducciones son "sed, deseo, anhelo, querer, ansia, añoranza, avaricia".

Sinónimos

- **rāga**
- **lobha**
- 愛 Chino: *ài*; Japonés: *ai* ó *aiyoku*; Vietnamita: *ái*
- Tibetano: *sred.pa*

El término es empleado en el budismo así como en el hinduismo y tiene un significado muy preciso.

La traducción literal de este término, en un sentido general es "sed". Sin embargo en el Budismo posee un significado que es más amplio. Debido en parte a la variedad de posibles traducciones, muchos autores que escriben sobre budismo, lo utilizan como un término técnico que no traducen con una sola palabra.

Taṇhā es la octava causa en los Doce Nidānas del principio de Origen Dependiente (Pratītyasamutpāda/Paṭiccasamuppāda). Taṇhā es también una parte fundamental de Samudaya - la Noble Verdad del Origen del Sufrimiento, la segunda de las Cuatro Nobles Verdades. Las enseñanzas Budistas describen el anhelo por los objetos sensuales que dan sensaciones placenteras, o el anhelo por placeres sensoriales. *Taṇhā* es un término para *querer tener* o *querer obtener*. También abarca el opuesto como en *no querer tener*. Anhelamos que los sentimientos placenteros estén presentes, y que no lo estén los desagradables.

Bibliografía

- *Philosophy of the Buddha* by Archie J. Bahm. Asian Humanities Press. Berkeley, CA: 1993. ISBN 0-87573-025-6
 - Chapter 5 is about craving, and discusses the difference between *taṇhā* and *chanda*.
- "Nietzsche and Buddhism: A Study in Nihilism and Ironic Affinities" by Robert Morrison. Oxford University Press, 1998.
 - Chapter 10 is a comparison between Nietzsche's Will to Power and Tanha, which gives a very nuanced and positive explanation of the central role tanha plays in the Buddhist path.

Enlaces externos

- The Buddhist View of Human Nature ^[1]
- Buddhism, Desire and Addiction; Anthony Flanagan ^[2]
- Why We Are All Addicted; Andrew Weil, MD ^[3]
- A Buddhist View of Addiction ^[4]

Referencias

- [1] <http://www.geocities.com/Athens/Academy/9280/econ2.htm>
 [2] <http://buddhism.about.com/library/weekly/aa021403a.htm>
 [3] <http://online.sfsu.edu/~rone/Buddhism/FivePrecepts/addicted.html>
 [4] <http://www.homeoint.org/morrell/buddhism/addict.htm>

Canon Pali

El **Tipitaka** o **Tripitaka** (del pali ti, "tres" + pitaka, "cestos o canastas"), conocido también como el **Canon Pali**, es la colección de los antiguos textos budistas escritos en el idioma Pali, que constituyen el cuerpo doctrinal y fundacional del budismo Theravāda. El Canon Pali se conoce como Tipitaka, o "Tres Cestos", porque los manuscritos que contenía, inscritos sobre hojas secas de palmera, se guardaban en tres cestos diferentes.^[1]

La totalidad de los escritos del Tipitaka, solamente en la traducción inglesa que no es completa, ocupa unas 12.000 páginas distribuidas en 40 volúmenes.



Tipitaka en láminas de madera, Tailandia.

Tipitaka

El Canon Pali comprende así tres cestos o canastas:^[1]

Vinaya-pitaka

Vinaya-pitaka, o *Cesto de Disciplina (Monástica)*, es la primera división del Tipitaka o Canon Pali, la cual constituye el soporte de la vida monástica del Sangha. Incluye las reglas que regulan la vida de los monjes (bhikkhus) y las monjas (bhikkhunis) pero también contiene los procedimientos de la convivencia y las convenciones de la etiqueta orientadas al logro de la armonía tanto en la relación entre los miembros de la vida monástica, como entre ellos y sus seguidores laicos. Sin embargo, el Vinaya-pitaka no es solamente un simple listado de reglas sino que incluye también las historias que originaron a cada una de dichas reglas, proveyendo detalles sobre cómo el Buda solucionaba los problemas que iban apareciendo dentro del Sangha y mantenía la armonía dentro de la Comunidad que se volvía cada vez más grande y diversificada. Está compuesto por 6 volúmenes.

Sutta-pitaka

Sutta-pitaka, o *Cesto de Discursos*, es la colección de los discursos o sermones, cuya autoría se atribuye generalmente al mismo Buda y, a veces, a sus más inmediatos discípulos. Esta Cesta contiene el corazón de las enseñanzas budistas. Siendo la parte más extensa, los discursos o Suttas están divididos en 5 volúmenes o Nikayas (el número de los volúmenes corresponde a la edición de la PTS (Pali Text Society)).

1. Digha Nikaya, o Colección de 34 "Discursos Largos" (3 volúmenes).
2. Majjhima Nikaya, o Colección de 150 "Discursos Medios" (3 volúmenes).
3. Samyutta Nikaya, o Colección de 7.762 "Discursos Relacionados", agrupados por materias en cincuenta y seis secciones (samyuttas) (5 volúmenes).
4. Anguttara Nikaya, o Colección de 9.950 "Discursos sobre Un Solo Tema en Orden Ascendente", agrupados según el número de artículos que se dan en listas -de uno a once-, de los que tratan los discursos (5 volúmenes).
5. Khuddaka Nikaya, que consiste en 15 "Textos Pequeños" en 20 volúmenes. Incluye textos de temática variada, muchos de ellos en verso, que contienen parte del material más antiguo y más reciente del Canon:
 1. Khuddaka-patha, una colección corta de "Lecturas Breves" para ser recitadas.
 2. Dhammapada, o "Versos sobre el Dhamma", una colección popular de 423 versos concisos de carácter ético en su mayor parte. Su popularidad queda reflejada en el elevado número de veces que se ha traducido a lenguas occidentales.
 3. Udana, ochenta suttas cortos basados en los "Versos de Inspiración".

4. Itivuttaka, o "Tal y Como se Dijo": 112 suttas cortos.
5. Sutta-nipata, el "Conjunto de Discursos", una colección de 71 suttas en verso, y que incluye parte del material más antiguo, como el Atthakavagga.
6. Vimana-vatthu, "Historias sobre las Mansiones", sobre los renacimientos divinos.
7. Peta-vatthu, "Historias de difuntos", sobre los renacimientos espectrales.
8. Thera-gatha, "Versos de los ancianos", relata cómo alcanzaron la iluminación algunos de los primeros monjes.
9. Theri-gatha, igual que el anterior pero sobre las monjas.
10. Jataka, una colección de 547 "Historias sobre Nacimientos", sobre las vidas pasadas del Buda, con la finalidad de ilustrar temas de moral. Las historias completas se relatan en el comentario, que se basa en los versos, que son canónicos; el conjunto comprende 6 volúmenes. Aunque se trata de una sección del Canon bastante tardía, y que probablemente ha incorporado muchas leyendas populares de la India, es extremadamente conocida y se utiliza con frecuencia en los sermones.
11. Niddesa, "comentario" a una parte del Sutta-nipata.
12. Patisambhida-magga, análisis de tipo Abhidhamma sobre algunos temas de la doctrina (2 volúmenes).
13. Apadana, "Relatos" sobre las vidas pasadas de los monjes y monjas que aparecen en el Thera-gatha y el Theri-gatha.
14. Buddhavamsa, "Crónica de los Budas", sobre 24 Budas pasados.
15. Cariya-pitaka, "Cesto de Conducta", sobre la conducta de Gotama en vidas pasadas acumulando las "perfecciones" de un bodhisatta.

Abhidhamma-pitaka

Abhidhamma-pitaka, o *Cesto de Enseñanzas Adicionales*, es la colección de textos en los cuales se abordan los principios doctrinales presentes en las otras dos Canastas. Estos principios están aquí reorganizados y estructurados dentro de un sistema que investiga la naturaleza de la mente y de la materia. Está compuesto de 7 textos en 13 volúmenes, en una edición.


Referencias

- [1] Harvey, Peter. « Apéndice: los cánones de escrituras (<http://books.google.es/books?id=Bb6eCYV9YR0C&lpg=PP1&ots=lvPc9lt1PB&dq=el budismo harvey&pg=PP1#v=onepage&q&f=false>) ». *El budismo*. Cambridge. pp. 407. . Consultado el 16 de octubre de 2010.

Bibliografía

- Dragonetti, Carmen; Tola, Fernando (2010). *Diálogos mayores de Buda [Dīgha Nikāya]* (1a edición). Madrid, España: Trotta. ISBN 9788498791631 Ficha en OpenLibrary (http://openlibrary.org/books/OL24680040M/Diálogos_mayores_de_Buda).

Enlaces externos

-  Wikimedia Commons alberga contenido multimedia sobre **Canon Pali**. Commons
- Tipitaka o Canon Pali. (http://www.bosquetheravada.org/index.php?option=com_k2&view=item&layout=item&id=490&Itemid=185) Bosque Theravada
- Guía al Tipitaka (<http://www.btmar.org/content/guia-al-tipitaka>)

Seis reinos del samsara

En el budismo, los **seis reinos del samsara** o **seis reinos de existencia** a la subdivisión de los seres sintientes en seis grandes categorías de existencia.

Contexto

Pertenecen a los diez reinos espirituales, formando parte de la creencia budista de que existen diez condiciones en la vida a los que los sentimientos están sujetos y que experimentan en cada momento.

En el budismo se considera que no solo los humanos están dotados de conciencia mundana, esto es: la capacidad de sentir placer y sufrimiento, sino que también la tienen los animales y otros seres que habitualmente no interactúan con los humanos.

Si bien existen dos formas tradicionales de clasificar los tipos de existencia, la más frecuentemente descrita es ésta de los seis reinos. Su contraparte, la división en planos o avacaras, suele emplearse más bien como un refinamiento de esta división fundamental en seis categorías.

Seis reinos

Los seis reinos de existencia mundana son:

- Reino humano, también conocido como Reino Manuṣya, esta basado en el deseo, pasión y duda.
- Reino asura, el reino de los semidioses, caracterizados por su ira, arrogancia y tendencias bélicas.
- Reino de los devas, el reino de los dioses, dotados de felicidad y orgullo.
- Reino animal, o Tiryag-yoni, determinados por la estupidez y prejuicio.
- Reino de los pretas, el reino de los *espíritus hambrientos*, el estado de ser posesivo y el de deseo
- Reino de los narakas (o reino de los nirayas), equivalente al infierno, el reino del sufrimiento.

El budismo sostiene que la conciencia se encuentra confinada en un ciclo de nacimientos sucesivos, denominado *samsara*, el cual contempla pasar por todas estos reinos, una y otra vez, hasta alcanzar la iluminación.

En el budismo majaiana se hace hincapié en que las enseñanzas deben ser demostrables. En este caso, aparte del contacto directo que algunos privilegiados pueden tener con seres pertenecientes a otros tipos de existencia diferentes de la humana y animal, se considera como evidencia la memoria de vidas pasadas bajo esas formas de existencia que desarrollan algunos meditadores muy avanzados. En particular se dice que el Buda, en el momento de su iluminación, fue capaz de recordar todas sus vidas pasadas, las cuales contemplaban estadios en todos estos seis reinos de existencia.

Diez reinos espirituales

El concepto de los **diez reinos espirituales** o **diez mundos** forma parte de la creencia budista de que existen diez condiciones en la vida a las que los sentimientos están sujetos y que experimentan en cada momento.

Los diez mundos forman parte de la cosmología budista y consisten en **cuatro reinos superiores y seis reinos inferiores** (o cuatro reinos nobles y seis reinos del samsara). Algunas escuelas budistas los ven como algo externo, diez planos existenciales diferentes en los que se puede nacer en cada vida. Otras escuelas, lo ven como estados de la mente que pueden intercambiarse debido a influencias internas y externas.

Cuatro reinos nobles

En la tradición majaiana de la cosmología budista, los cuatro estados o reinos nobles o superiores, forman parte de los diez reinos espirituales.

Los cuatro estados nobles son: aprendizaje, comprensión, bodhisattva y budeidad. Estos mundos se desarrollan a través de la búsqueda, descubriendo y aspirando a ellos, es decir, se caracterizan por la creencia de que los humanos necesitan hacer un esfuerzo para llegar a ellos a partir de sus vidas.

Aprendizaje

El aprendizaje es la condición en la cual un ser busca alguna habilidad, verdad última o *automejora* a través de las enseñanzas de los demás. Para acceder a este estado, el que experimenta, debe primero desarrollar la sabiduría de la naturaleza de las cosas, libre de ilusiones/desilusiones. Este estado se caracteriza por buscar la verdad a través de fuentes externas, como textos y personas.

Este estado es comparable al de sravaka (como Śrāvakabuddha).

Realización

Es el estado en el cual se descubre una verdad parcial a través de las propias observaciones, esfuerzos, concentración y meditación personal. Normalmente, para acceder a este estado, el que experimenta debe haber comprendido que las fuentes de sabiduría externas son inferiores a las internas como su mente. Se caracteriza por buscar la verdad y la comprensión a través de una percepción interna.

Esta condición es comparable al estado de Pratyekabuddha.

Los dos estados anteriores, se conocen en conjunto como **los dos vehículos**. Incluso aunque se basan en el deseo de incrementar la sabiduría, el ego está presente y condiciona.

Bodhisattva

En el estado de bodhisattva, la persona no solo aspira a la iluminación personal, sino también busca la liberación del sufrimiento de los demás a través de acciones altruistas y compasivas, como la ayuda desinteresada a los demás. Este estado se caracteriza por que el sentimiento de felicidad que da el hecho de ayudar a los demás es superior al de la felicidad que uno consigue para sí mismo.

Esta condición es comparable al estado de bodhisattva.

Budeidad

La budeidad es el más alto de los diez mundos, la condición de pura e indestructible felicidad que no depende de las circunstancias personales. El que lo experimenta está totalmente libre de toda desilusión, sufrimiento y miedo. Es la condición de la libertad perfecta y absoluta, caracterizada por sensatez (sabiduría, prudencia) ilimitada, coraje, compasión y fuerza vital. Este estado es realmente complicado de describir y se obtiene únicamente a través de la percepción directa e interna de la realización. La budeidad se caracteriza por que no permite caer en estados inferiores debido a causas externas y por que no confía en lo externo para conseguir la felicidad.

Esta condición es comparable al estado de Budeidad.

Seis reinos del samsara

Los **Seis reinos del samsara**, **seis reinos de existencia** o **seis reinos inferiores** son: infierno, hambre, animalidad, ira, humanidad y éxtasis. Éstos aparecen en las vidas de la gente como respuesta a su entorno.

La mayoría de los seres sintientes pasan la mayor parte de su tiempo moviéndose entre estas seis condiciones de vida, del infierno al paraíso, gobernados por sus reacciones a las influencias externas y por tanto muy vulnerables a cualquiera de los seis reinos inferiores. De hecho, su identidad en la realidad mundana está basada en factores externos.

Infierno

El infierno es la condición de agresión claustrofóbica total, donde uno percibe la carencia total de libertad en sus acciones al tener una energía física y mental mínima. La persona siente estar atrapada por sus circunstancias y está dominada por la ira frustrada y la urgencia de destruir y autodestruirse.

Esta condición es comparable al reino de los Narakas.

Hambre

El hambre es la condición caracterizada por el deseo insaciable de la posesión que gobierna el resto de acciones: alimentación, poder, fama, placer, envidia, etc. En este estado, la persona está atormentada por la poca habilidad y la lentitud existente para conseguir los objetivos incluso cuando consigue satisfacer sus deseos.

Esta condición es comparable al reino de los espíritus hambrientos (o reino de los pretas).

Animalidad

La animalidad es la condición en la cual uno es gobernado por su instinto, no tiene ningún sentido de moralidad y vive únicamente para vivir el presente. En este estado, la persona no dudará en realizar cualquier tipo de actos para conseguir algo personal. Este estado se caracteriza por la total ausencia de buen juicio y razón.

Esta condición es comparable al reino animal.

Ira

Es el estado en el cual una persona es dominada por su ego, la competitividad, la arrogancia y la necesidad de ser superior en todas las cosas. El que lo experimenta es esclavo de sus desilusiones, viéndose más importante y superior a los demás. Este estado se caracteriza por ver a los demás seres como amenazas potenciales. Así y todo, el resto de experiencias en este estado son bastante placenteras comparadas con el estado humano.

Esta condición es comparable al reino de los asuras o semidioses.

Humanidad

El reino humano, reino de la humanidad o idealismo de las pasiones, es un estado en el cual la capacidad para diferenciar y la mente pensante están desarrolladas. Se caracteriza por la ambición pasional por ideales abstractos y modelos de rol y es única entre los estados inferiores ya que sabe de su potencial y tiene la motivación suficiente como para superar el sufrimiento. Se caracteriza por lo limitado de su tiempo en comparación con los reinos de los devas y los asuras y porque ocurre de manera muy poco frecuente.

Esta condición es comparable al reino humano.

Éxtasis

El éxtasis es el Reino de los devas (dioses), la condición de placer total, cuando los deseos han sido superados por las experiencias de una vida corta pero intensa en sentimientos de disfrute. A diferencia de la verdadera felicidad conseguida con la Budeidad, este estado es temporal y, como la humanidad, fácilmente destructible con un pequeño cambio en las circunstancias. Una persona inevitablemente descenderá a un mundo inferior una vez que esta felicidad temporal desaparezca. Este estado se caracteriza por no sentir emociones negativas y ser menos vulnerable a influencias externas que los estados inferiores a él.

Esta condición es comparable al reino de los deva o dioses.

Interpretación de los diez reinos

Cada uno de los diez estados, posee a su vez los mismos diez estados. Cada uno de ellos, tiene el potencial suficiente para revelar y dar paso a cualquiera de los demás en cualquier momento. Muchas corrientes del budismo, creen que según se practica el budismo, hace que el estado de budeidad se vaya haciendo predominante en sus vidas, ya que sus actos son una especie de filtro que revela los aspectos positivos de los otros nueve.

Los estados se denominan igual que los planos de existencia; la forma de pasar de uno a otro es a través del renacimiento en la próxima vida; nacer en otro estado tras la muerte. Todo ello está a su vez gobernado por el karma (acción y voluntad: las elecciones que se hacen durante la vida).

Enlaces externos

- Buddhist Information,^[1] artículo en inglés.
- Los diez mundos para niños^[2]

Referencias

[1] http://www.buddhistinformation.com/10_worlds.htm

[2] <http://www.gakkaionline.net/kids/10W.html>

Sánscrito

Sánscrito संस्कृतम् / <i>Ṣaṃskṛtam</i> [bhaṣa]	
Hablado en	<div><div><div></div></div>India</div> <div><div><div></div></div>Nepal</div>
Hablantes	700.539 • 11.106 (censo de 2011)
• Nativos:	• 694.433 como segunda lengua (censo de 2011)
• Otros:	
Familia	Indo-europeo Indo-iranio Indo-ario Sánscrito
Alfabeto	devánagari
Estatus oficial	
Oficial en	India
Regulado por	No está regulado
Códigos	
ISO 639-1	sa
ISO 639-2	san
ISO 639-3	san ^[1]

El **sánscrito** (संस्कृतम् *ṣaṃskṛtam*) es una lengua clásica de la India, siendo además una de las lenguas indoeuropeas antiguas más tempranamente documentadas, después del hitita y el griego micénico.

El sánscrito se usa actualmente como lengua litúrgica en el hinduismo, el budismo y el jainismo. Hoy en día es uno de los 22 idiomas oficiales de India, utilizado con propósitos particulares y en menor medida como lengua vehicular de cultura. Su posición en la cultura de la India y del sudeste asiático es similar a la del latín y el griego en Europa.

Literalmente quiere decir ‘perfectamente hecho’: *sam*: ‘completamente’; *kritá*: ‘hecho, obra’ (de la raíz *kri*; está emparentado con la palabra *karma*: ‘acción’, y con el latín *crīmen*: ‘hecho discernible’). Se escribe en el silabario devanagari.

El sánscrito se utiliza principalmente como lenguaje ceremonial en los rituales hindúes, en la forma de himnos y mantras. Su forma preclásica, el sánscrito védico (el lenguaje ritual de la religión védica) es uno de los miembros más antiguos de la familia indoeuropea. En este idioma fueron escritos todos los textos clásicos del hinduismo. Su texto más antiguo conocido es el *Rig-veda* (‘conocimiento sagrado sobre himnos’, que contiene 1028 himnos en alabanza a los dioses). También es el lenguaje del yoga.

Por su importancia religiosa, los primeros gramáticos indios, como Pánini (520-460 a. C.), lo analizaron exhaustivamente.

La mayoría de los textos sánscritos que se conservaron hasta la actualidad fueron transmitidos oralmente (con métrica y ritmo nemotécnicos) durante varios siglos, hasta que fueron escritos en la India medieval.

Historia y desarrollo

No se conoce con precisión cuándo se empezaron a hablar lenguas indoeuropeas en el norte de India. Usualmente se supone que los primeros Estados como la cultura de Harappa estaban formados por pueblos no indoeuropeos. En su libro de himnos sagrados, *Rig-veda*, los arios describen la patria que dejaron. En algún momento del II milenio a. C., pueblos indoeuropeos habrían penetrado en el norte de India. Los primeros testimonios escritos en lenguas indoeuropeas están en sánscrito védico, la lengua en que se compusieron los textos védicos. Al menos a partir de comienzos del primer milenio a. C. se extendió por el tercio septentrional de India, en una escritura llamada *brahmi*.



Tablillas escritas en idioma sánscrito: el *Devi-majatmia* o 'las glorias de la diosa Devi', manuscrito sobre hoja de palma, en la antigua escritura bhujimol (de Bihar o de Nepal, siglo XI).

El sánscrito no es exactamente una lengua muerta, ya que algunas decenas de miles en India declaran tenerla como lengua vehicular habitual en ciertos contextos. De hecho, todavía hoy se enseña a leer y escribir en escuelas y hogares en toda la India, aunque como segunda lengua. Y algunos bráhmanas llegan a considerarlo como su lengua materna. De acuerdo con informes actualizados, se está reviviendo como lengua local en el pueblo de Mattur cerca de Shimoga, en Karnataka.^[2]

Parentesco indoeuropeo

El sánscrito, al igual que las otras lenguas indoarias, está estrechamente emparentado con las lenguas iránias, hablándose así de la rama de lenguas indoiránias o indoarias. El sánscrito se considera en ciertos aspectos una lengua conservadora que refleja particularmente bien algunos rasgos del protoindoeuropeo más reciente. El sánscrito puede considerarse una lengua cercana al antecesor de las modernas lenguas indoarias de India. Otras lenguas indoarias posteriores cronológicamente al sánscrito son:

- prácrito (de la antigua India)
- hindi
- bengalí
- cachemir (de Cachemira)
- urdú
- marathi
- gujaratí
- asamés
- nepalí
- punyabí y
- romaní (el idioma hablado por los gitanos).

Durante mucho tiempo se consideró que el sánscrito era el origen de esos idiomas. Pero la evidencia actual ha probado que el sánscrito no es el antecesor directo o «lengua madre» de las modernas lenguas indoeuropeas, sino más bien una rama paralela (una especie de «tía materna» de las lenguas más modernas, por así decirlo).

Arcaísmo

El arcaísmo del sánscrito, particularmente en el sistema consonántico, se aprecia cuando se compara con otras lenguas antiguas, como el latín, el griego, o incluso lenguas modernas que retienen un buen número de arcaísmos, como el lituano. Aunque todos estos idiomas han experimentado considerables cambios fonéticos y gramaticales, que han apartado su estructura de la del protoindoeuropeo clásico, mantienen algunas similitudes notables. J. P. Mallory usa un proverbio lituano (escrito en sánscrito, en lituano y en latín) para mostrar el gran parecido existente:

Sánscrito: «*Devas adadāt datás, Devas dat dhānās*».

Lituano: «*Dievas davė dantis, Dievas duos duonos*».

Latín: «*Deus dedit dentes, Deus dabit panem*».^[3]

Castellano: «Dios nos dio dientes, Dios nos dará pan».

Préstamos léxicos del sánscrito al español

Palabras prestadas del sánscrito

- ásana (posición de yoga)
- atutía o tutía
- avatar (*ava tara*, 'que desciende')
- ayurveda (medicina *áiur-veda*)
- bandana (*bandhana*, 'atadura')
- bodhisattva
- brahmán (*bráhmana*)
- Buda
- chakra (centro energético)
- gurú ('pesado', maestro)
- esvástica (*su astika*, 'muy auspicioso')
- karma
- *mándala*
- mantra
- maiá (velo ilusorio)
- nadi (canal energético)
- nirvana (éxtasis)
- sánscrito
- *shanti* (paz)
- yoga

Transcription	śivō rakṣatu gīrvāṇabhāṣārasāsvādatatparān
Bengālī	শিবো রক্ষতু গীর্বাণভাষারসাস্বাদতত্পরান্
Devanāgarī	शिवो रक्षतु गीर्वाणभाषारसास्वादतत्परान्
Gujarātī	શિવો રક્ષતુ ગીર્વાણભાષારસાસ્વાદતત્પરાન્
Gurmukhī	ਸਿਵੇ ਰਕ੍ਸਤੁ ਗੀਰ੍ਵਾਣਭਾਸ਼ਾਸਾਸ੍ਵਾਦਤਤ੍ਪਰਾਨ੍
Oṛiyā	ଶିବଃ । ରକ୍ଷତୁ ଗୀର୍ବାଣଭାଷାରସାସ୍ବାଦତତ୍ପରାନ୍
Tamīl	ஷிவோ ரக்சது கீர்வாணபாஷாரஸாஸ்வாததத்பராந்
Tēlugu	శివో రక్షతు గీర్వాణభాషారసాస్వాదతత్పరాన్
Kannaḍa	ಶಿವೋ ರಕ್ಷತು ಗೀರ್ವಾಣಭಾಷಾರಸಾಸ್ವಾದತತ್ಪರಾನ್
Malayālam	ശിവഃ രക്ഷതു ഗീർവാണഭാഷാരസാസ്വാദതത്പരാന്
Texto sánscrito escrito en varios alfabetos: «Que Śiva bendiga a quienes se deleitan en el lenguaje de los dioses» (Kālidāsa).	

Palabras derivadas directamente de un término sánscrito

- ario (*aria*)
- brahmanismo
- budismo
- cingalés (en sánscrito *sinjala*: ‘con leones’)

Palabras derivadas indirectamente de un término sánscrito

- ajedrez (préstamo del árabe, pero de origen sánscrito: *chatur anga*, ‘cuatro miembros’).
- alcanfor: *al* (árabe) + *karpūrā*: ‘sustancia química’
- añil (del árabe hispano *anníl* o *annír*, este del árabe clásico *níl[ağ]*, este del persa *nil*, y este del sánscrito *nīla*).
- azúcar (del árabe hispánico *assúkkar*, este del árabe clásico *sukkar*, este del griego *σάκχαρι* /*sákhari*/, este del pelvi *šakar*,^[4] y este del sánscrito *shuklá*: ‘azúcar blanco’^[5] o de *sukha* ‘felicidad, dulzura’).
- azufre (préstamo del árabe, de origen sánscrito *śulbāri*: ‘enemigo del cobre’; siendo *śulbā* o *śulva*: ‘cobre’; *āri*: ‘enemigo’).
- azul (quizá alteración del árabe hispano *lazawárd*, este del árabe *lāzaward*, este del persa *lağvard* o *lažvard*, y este del sánscrito *rayavarta*,^[6] ‘lapizlázuli’).^[7]
- costo (*Costus villosissimus*): hierba de flores amarillas originaria de la India (del latín *costus*, este del griego *κόστος*, y este del sánscrito *kusthah*,^[8] que significa ‘mal parado’, siendo *ku*: ‘mal’, y *stha*: ‘está’).^[9]
- jengibre (del latín *zingiber*, *zingibēris*, este del griego *ζιγγίβερις*, y este del sánscrito *shringavera* (siendo *shringa*: ‘cuerno’ y *vera*: ‘cuerpo’ o ‘boca’),^[10] aunque según la RAE proviene de la inexistente palabra sánscrita *singavera*).^[11]
- laca (del árabe hispano *lākk*, este del árabe *lakk*, este del persa *lāk*, y este del sánscrito *laksha*, que ya aparece en el *Átharva-veda*, de fines del II milenio a. C.).^[12] Quizá se relacione con *lakshá* (el número 100 000), quizá en referencia a la gran cantidad de insectos parecidos a la cochinilla que con sus picaduras hacen que este tipo de árbol exude esta sustancia resinosa, traslúcida, quebradiza y rojiza.
- lacha: vergüenza, pundonor (de *layyá*).
- lila (del francés *lilac*, este del árabe *līlak*, este del persa *līlang*, y este del sánscrito *nīla*, “azul oscuro”).
- lima. Comparte su etimología con la palabra «limón». Deriva del árabe hispano *lima*, este del árabe *līmah*, este del persa *ليمو* /*limú*/, y este del sánscrito *nimbú*,^{[13][14]}
- limón (del árabe hispano *lamún* o *laimún*, este del árabe *laymūn*, este del persa *limú*, y este del sánscrito *nimbú*,^[15] que en realidad se refería a la ‘lima ácida’).^[14]
- naranja (del árabe hispano *naranġa*, este del árabe *nāranġ*, este del persa *nārang*, y este del sánscrito *naranga*,^[16] que posiblemente proviene del sánscrito *nagá-ranga* (‘el color de la localidad’, el árbol naranjo). También aparece como *nagáruka*, *nagá vriksha* (‘el árbol de la serpiente’), *nagara* (ciudad, pueblo), *naringa*, *naringui* y *narianga*.^[17]

Palabras relacionadas con el sánscrito a través de antepasados comunes

Esto es, visiblemente relacionadas por compartir su raíz indoeuropea con algún término sánscrito o por ser préstamos de origen sánscrito al castellano a través de otras lenguas:

- azulejo: baldosín
- berilo: mineral (*vaiduria*: de Vidura, región del sur de la India)
- bramar (*bhramaráh*: bramar).
- brillante: diamante tallado (*bahriṭ*: ‘que brilla’).
- bruñir (en fránico *brúnjan*, en sánscrito *bahriṭ*: ‘que brilla’)
- burbuja (en sánscrito *budbudah*)
- chita (‘manchada, con colores’)

- cabeza (*kapitha*)
- cachemir: clase de lana (*kashmiri*)
- calavera (*kapala*)
- calendario (del latín *kal* + *endae*; en sánscrito *kāla*: tiempo)
- carmín: color rojo (en sánscrito: *krimi*: ‘gusano’)
- cítara (*sitar*)
- cuclillo: ave (*kokila*)
- cúrcuma: condimento parecido al azafrán (*kunkuma*: ‘azafrán’)
- dádiva, dar (del latín *dare*, en sánscrito *da*: ‘dar’, *dadasi*: ‘él da’)
- deidad (latín *deítas*, sánscrito *devá*: ‘dios’)
- diente (latín *denti*; sánscrito *danta*: ‘diente’)
- dios (latín *deus*, sánscrito *diaus*: ‘cielo’)
- diestro (latín *dexter*; sánscrito *daksina*: hábil, derecho)
- dormir (latín *dormire*; sánscrito *drati*)
- hiemal: ‘invernal’ (latín *hiemalis*; sánscrito *hemanta* [jemanta]: ‘invierno’)
- Júpiter (latín *Iu-piter*: ‘padre de los dioses’; sánscrito *Diaus-pitar*: ‘padre del cielo’)
- mandarín: funcionario de gobierno (*mantrī*)
- ópalo (del latín *opālus*, este del griego ὀπάλλιος /opalios/, y este de alguna antiquísima palabra indoeuropea que produjo también el sánscrito *upala*).
- nardo: especie de flor (del latín *nardus*, este del griego νάρδος, y este de alguna antiquísima palabra indoeuropea que produjo también el sánscrito *nālada* que aparece ya en el *Átharva-veda*,^[18] y el hebreo *nērd*).
- ponche: clase de bebida (*pancha*: ‘cinco’ [ingredientes])
- rojo (*róhita*) [rójita]
- serpiente (*sarpa*)
- sopa (*supa*)
- vermífugo: que elimina los gusanos (inglés: *worm* ‘gusano’; latín *vermis*; sánscrito *krimi*)
- verraco: ‘cerdo’ (latín *verres*; sánscrito *varaja* [varāja]: ‘jabalí’)

Curiosidades

En la novela *Cien años de soledad* (1967), de Gabriel García Márquez (1927–), Aureliano Buendía aprende sánscrito para comprender el contenido de los manuscritos donde Melquíades profetizó un siglo de historia de toda la familia.

En 1998 la cantante Madonna grabó un disco titulado *Ray of light*, fuertemente influenciado por el hinduismo, la cábala y otras doctrinas. Uno de los temas del disco se titula *Shanti/Ashtangi*, contiene versos del *Ioga taravali*, así como versos originales, cantados íntegramente en sánscrito.

Referencias


- [1] <http://www.sil.org/iso639-3/documentation.asp?id=san>
- [2] TimesOfIndia.IndiaTimes.com (<http://timesofindia.indiatimes.com/articleshow/msid-1199965,curpg-1.cms>) (artículo acerca del uso actual del sánscrito, en inglés).
- [3] J. P. Mallory: *In search of the indo-europeans: language, archaeology and myth*, 1989.
- [4] Según el artículo «azúcar» (<http://lema.rae.es/drae/?val=az%C3%A1car>) en el *Diccionario de la lengua española* de la RAE.
- [5] Véase la acepción que se encuentra 15 renglones antes del final de la segunda columna, bajo la entrada **Śuklá**, en la pág. (<http://www.sanskrit-lexicon.uni-koeln.de/cgi-bin/monier/serveimg.pl?file=/scans/MWScan/MWScanjpg/mw1080-zukIbhU.jpg>) del *Sanskrit-English Dictionary*.
- [6] Según el artículo «azul» (<http://lema.rae.es/drae/?val=azul>), en el *Diccionario de la lengua española* de la RAE.
- [7] Sin embargo, el *Diccionario de la lengua española* de la RAE traduce *rājāvarta* /raya-avarta/ ‘rizo del rey’; siendo *raya*: ‘rey’, y *āvarta*: ‘rizo’. Pero según el *Sanskrit-English Dictionary*, *āvarta* significa ‘rizo, rizar, torcer, revolver, retorcimiento [de las ideas], rulo, mechón de pelo que se tuerce hacia atrás [dicho especialmente de un caballo considerado con suerte], las dos depresiones de la frente encima de las cejas, sitio concurrido donde muchos hombres viven juntos, **un tipo de joya**, la personificación de un tipo de forma de nube, una sustancia mineral,

- pirita, marcasita'. Véase la entrada **Ā-varṭa**, al final de la primera columna de la pág. 156 (<http://www.sanskrit-lexicon.uni-koeln.de/cgi-bin/monier/serveimg.pl?file=/scans/MWScan/MWScanjpg/mw0156-AvIracUrNa.jpg>) en el *Sanskrit-English Dictionary*.
- [8] Según la segunda acepción del término «costo» (<http://www.rae.es/costo>), en el *Diccionario de la lengua española* de la RAE.
- [9] Véase la entrada **kúṣṭha**, la última entrada de la tercera columna de la pág. 297 (<http://www.sanskrit-lexicon.uni-koeln.de/cgi-bin/monier/serveimg.pl?file=/scans/MWScan/MWScanjpg/mw0297-kuzakAzamaya.jpg>) en el *Sanskrit-English Dictionary*.
- [10] Véase la entrada **—vera**, exactamente en la mitad de la segunda columna de la pág. 1087 (<http://www.sanskrit-lexicon.uni-koeln.de/cgi-bin/monier/serveimg.pl?file=/scans/MWScan/MWScanjpg/mw1087-zUIAkR.jpg>) en el *Sanskrit-English Dictionary*.
- [11] Según el artículo «jengibre» (<http://buscon.rae.es/draeI/SrvltConsulta?LEMA=jengibre>), en el *Diccionario de la lengua española* de la RAE.
- [12] Véase la entrada लक्ष **lākshā**, en la primera mitad de la tercera columna de la pág. 899 (<http://www.sanskrit-lexicon.uni-koeln.de/cgi-bin/monier/serveimg.pl?file=/scans/MWScan/MWScanjpg/mw0899-lavaNAnbataka.jpg>) en el *Sanskrit-English Dictionary*.
- [13] Según el artículo «lima» (<http://www.rae.es/lima&origen=RAE>) en el *Diccionario de la lengua española* de la RAE.
- [14] Véase la entrada **Nimbū** and **nimbūka**, exactamente en el medio de la tercera columna de la pág. 551 (<http://www.sanskrit-lexicon.uni-koeln.de/cgi-bin/monier/serveimg.pl?file=/scans/MWScan/MWScanjpg/mw0551-nimantrya.jpg>) del *Sanskrit-English Dictionary*, del sánscritólogo británico Monier Monier-Williams (1819-1899).
- [15] Según el artículo «limón» (<http://www.rae.es/limón&origen=RAE>) en el *Diccionario de la lengua española* de la RAE.
- [16] Según el artículo «naranja» (<http://buscon.rae.es/draeI/SrvltObtenerHtml?origen=RAE&IDLEMA=83214&NEDIC=Si>) en el *Diccionario de la lengua española* de la RAE.
- [17] Véase la entrada **nāraṅga**, la sexta entrada desde el principio de la segunda columna de la pág. 537 (<http://www.sanskrit-lexicon.uni-koeln.de/cgi-bin/monier/serveimg.pl?file=/scans/MWScan/MWScanjpg/mw0537-nArAyaNakaNTha.jpg>) en el *Sanskrit-English Dictionary* del sánscritólogo británico Monier Monier-Williams (1819-1899).
- [18] Véase la entrada **nālada** en la pág. 530 del *Sanskrit-English Dictionary*.

Bibliografía

- Óscar Pujol: *Dictionari sanscrit-catalá*. Barcelona: Enciclopedia Catalana, 2006.

Enlaces externos

-  Wikimedia Commons alberga contenido multimedia sobre **Sánscrito** Commons.
- Sanskrit-Sánscrito.com.ar (<http://www.sanskrit-sanscrito.com.ar/>) (el sol del conocimiento sánscrito).

Jainismo

Jainismo	
	
Fundador(es).	Mahavira
Deidad o Deidades principales	Los tirthankaras
Ramas	digambaras (desnudos) y suetambaras (vestidos de blanco).
Tipo	Transtefista
Número de seguidores estimado	6 millones
Seguidores conocidos como	jainas
Escrituras sagradas	Escrituras jainas
Lengua litúrgica	sánscrito
País o región de origen	 India
Lugares sagrados	 India
País con mayor cantidad de seguidores	 India
Símbolo	La mano jaina
Templos	Templos jainistas
Clero	Monjes
Religiones relacionadas	hinduismo, budismo, sijismo

El **jainismo** (en sánscrito: जैनधर्म, en tamil: சைனத்தொழில் - Sāmaṇam) es una religión de la India, su último propagador vivió en el siglo VI a. C. y se conoce como Mahāvīra. Además él fue el último omnisciente de una serie de maestros iluminados llamados tirthankaras que expusieron una verdad antigua. Es posible que el jainismo como tal nunca haya sido fundado por nadie ya que fue construyéndose a sí mismo a través del tiempo y alrededor de maestros, prácticas y doctrinas prestigiosas.

Se trata de una religión nastika, que no reconoce la autoridad de los textos sagrados hinduistas ni de los sacerdotes brahmanes.

En la actualidad, el jainismo está presente en la India oriental (Bengala), centro occidental (Rayastán, Majarastra y Guyarat) y meridional (Karnataka).

Su filosofía y práctica enfatiza la necesidad de realizar esfuerzos para encaminar el alma hacia una conciencia divina y la liberación (*moksa*). Aquella alma que venza a sus enemigos interiores y alcance el estado superior llamado *jina* pasa a ser denominada vencedora o conquistadora. El estado más elevado se conoce como siddha. El jainismo es conocido en los textos antiguos también como *śramaṇa dharma* (deber del que confía en sí mismo) o el camino de los nirgranthas (aquellos sin apegos ni aversiones).

La doctrina jaina enseña que el jainismo ha existido siempre y siempre existirá,^{[1][2][3]} pese a ello los historiadores datan la fundación y organización de la forma actual del jainismo en algún momento entre los siglos IX y VI a. C..^{[4][5]}

Se ha hipotetizado que, como muchas tradiciones en el hinduismo, el jainismo podría tener su origen en la cultura del valle del río Indo, siendo una muestra de la espiritualidad nativa de esa zona anterior a la llegada a la India de la migración indoaria.^{[6][7][8]} Otros estudiosos sugieren que las tradiciones shramana eran contemporáneas y distintas a las prácticas religiosas de la religión védica.^[9]

Actualmente, el jainismo es una religión minoritaria pero influyente con unos 4,2 millones de seguidores en la India,^[10] además de una exitosa y creciente comunidad emigrada a Norte América, Europa Occidental, el Oriente de Asia, Australia y otros lugares.^[11] Los jainas han influido y contribuido de manera significativa en las esferas éticas, políticas y económicas de la India. Además los jainas tienen una larga tradición ilustrada y son la comunidad religiosa con mayor grado de alfabetización de la India^{[12][13]} y sus bibliotecas son las más antiguas del país.^[14]

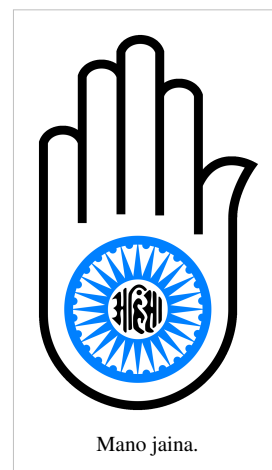
Orígenes

Originario del Subcontinente indio, el jainismo (o más apropiadamente el dharma jaina), fue fundado por el indio Majavirá (549-477 a. C., aunque varía según las fuentes).

No se conoce mucho acerca del origen del jainismo, aunque según sus seguidores es una de las religiones más antiguas del mundo, de orígenes prehistóricos anteriores al 3000 a. C. y los comienzos de la cultura índica del río Indo.

En el *Matsya-purana* (24.47) —del siglo III d. C.— aparece una mención al *yina-dharma*, la doctrina de los jainas.

El jainismo es único en el hecho de que durante su historia ^[cita requerida] nunca ha transigido en el concepto de la no violencia ni en el principio ni en la práctica. Sostiene que la no violencia es el principio supremo (*ājimsa paramo-dharma*) y ha insistido en su observancia en pensamiento, palabra y acción a nivel individual y social. El texto sagrado *Tatva-artha-sutra* lo resume con la frase «*paras-para-upagrajo-yivanam*» ('unos a otros se sustentan las vidas').



Deidades

Un *arjat* se destaca de los 24 *yinas* ('victoriosos') principales, que vivieron en cada uno de los 3 *ava-sarpinís* (períodos descendentes de larga duración), que están divididos en seis etapas: bueno-bueno, bueno, bueno-malo, malo-bueno, malo, malo-malo. Los avasarpinís alternan con los *ut-sarpinís*, largos períodos ascendentes, cuyas etapas comienzan por malo-malo y terminan con bueno-bueno.

El último *arjat* que estuvo en la Tierra (en este último *avasarpiní*) fue Majavirá, el fundador del jainismo. Se cree que vivió en Bijar (India) poco tiempo antes de la época de Buda (siglo V a. C.).

Los historiadores^[cita requerida] creen que las menciones al *jaina-dharma* que aparecen en algunos *Puranas* (de los primeros siglos de la era común), demuestran que esos textos no son tan antiguos como pretenden los hinduistas (que dicen que provienen del III milenio a. C.).

Doctrina

El jainismo tiene una cosmología y creencias elaboradas; atestadas de nombres, categorías, clases, jerarquías, grados, órdenes, entre otros.

Transteísmo: ellos creen que el mundo es eterno y carece de principio. No existe una divinidad personal, y todas las posibles divinidades —las almas de los perfectos *arjat* (divinidades humanas), por ejemplo— no son emanación ni manifestación de ninguna divinidad apofática ni de ninguna Unidad (el Todo o Absoluto), conceptos y realidades que son igualmente negadas y rechazadas en el jainismo junto con la de un dios creador.



Entrada al *yaina mandir* (templo jaina) de Ranakpur (Rayastán, India).

Pananimismo: toda la realidad es vida. Para el jainismo el universo es una totalidad viviente; todo ser posee un alma, más o menos compleja, diáfana o pesada. Desde la tierra o el viento, a los insectos o los mamíferos, todos los seres reflejan el universo y son dignos de respeto. El mayor pecado para el jainismo es causar daño a un ser vivo, aunque también hay que evitar dañar a la tierra o a las almas del agua o del aire.

En coherencia con lo anterior, los jainas practican la no violencia, el ayuno y la mortificación del propio cuerpo. A través de estas actividades esperan descargar su alma del peso de la materia kármica y evitar posteriores reencarnaciones.

El jainismo presenta una perspectiva igualitaria de las almas, sin importar las diferencias en la forma física: humanos, animales, y organismos vivientes microscópicos. Los humanos son los únicos poseedores de los seis sentidos: vista, oído, gusto, olfato, tacto y pensamiento; por lo tanto de los humanos se espera que actúen con responsabilidad hacia toda la vida siendo compasivos, sin egoísmo, sin miedo, racionales y misericordiosos.

Desde el punto de vista epistemológico, el jainismo es relativista, defiende que el conocimiento del mundo solo puede ser aproximado y que, con el tiempo, incluso su propia religión acabará por desaparecer. Este principio ha sido aplicado por sabios y pensadores jainas y se conoce como *anekantavada*.

La comunidad jaina distingue entre monjes y seglares. Los monjes se someten a una disciplina ascética superior a la de los laicos, aunque no ejercen el monopolio de la religión. Viven en un *yina-sadman* (monasterio jaina). Un *yina-rishí* (asceta jaina) toma cuatro votos:

- la no violencia
- la sinceridad
- la rectitud
- la renuncia a las cosas y a las personas.

Código de conducta

Los *yina-kalpa* son las ordenanzas practicadas por los *yinas* (opuestas a aquellas de los *sthaviras*). Consiste en cinco votos:

- *ajimsá* (no violencia).
- *satiá* (veracidad).
- *asteia* (no robar),
- *brahmacharia* (castidad) y
- *aparigraja* (desapego de lo material).



Los catorce sueños propicios de la madre de Yina (página de un *kalpa sutra* o 'libro de rituales' dispersado; ca. 1465).

El jainismo pone mucha atención en el

aparigraja, el desapego de las cosas materiales a través del control de uno mismo, la penitencia, la abstención del goce de los sentidos, la limitación voluntaria de las necesidades y la disminución de la agresividad.

No violencia

La compasión por toda vida, ya sea humana o no humana, es central en el jainismo. La vida humana se valora como una oportunidad única y rara para alcanzar la iluminación. Matar a una persona, independientemente del crimen que haya cometido, es considerado por el jainismo como algo extremadamente horrendo. En esta misma línea, el jainismo requiere tanto de laicos como de monjes de todas sus sectas y corrientes la práctica del vegetarianismo.

En algunas regiones indias como el Rajastán o Karnataka la influencia de los jainas ha sido tan fuerte que la mayoría de los hindúes de la zona se han convertido también en vegetarianos.^[15]

Vegetarianismo

El vegetarianismo es un modo de vida para un jaina, teniendo su origen en el concepto de *yivá-daia* ('compasión hacia las vida) y el *ajimsa* (no-violencia). La práctica del vegetarianismo es vista como un instrumento para la práctica de la no violencia y la coexistencia pacífica y cooperativa.

Los jainas son vegetarianos estrictos (dieta vegana) que consumen solamente seres sin sentidos (sin sistema nervioso), principalmente del reino vegetal. Si bien la dieta jaina implica el aniquilamiento de cosas sin mente como son las plantas, esto se ve como la forma de sobrevivir que causa el mínimo de violencia hacia los seres vivos. Algunas formas de los vegetales, como las frutas, son mejor vistas por el jainismo por comportar simplemente la extracción de una parte de la planta y no su destrucción total como ocurre si se comen raíces o brotes.

Monacato jaina

En el jainismo suele emplearse el término *yain muni* (en sánscrito: जैन मुनि) o *muni* para referirse tanto a los monjes como a las monjas.^[16] Se les suele llamar *sadhus* y *sadhuís*, respectivamente en la tradición de la secta svetambara.

Las dos corrientes principales dentro del jainismo (Digambara y Svetambara) muestran ciertas diferencias en los hábitos monacales. Los monjes Digambara no visten ropas en absoluto como forma de practicar el rechazo a los apegos. Los monjes y monjas Svetambara llevan ropas blancas pues consideran que deben llevarse ropas sencillas y anchas mientras no desarrollen un apego por ellas. Los monjes y monjas jainas viajan a pie y rechazan incluso el transporte sanitario.

Como se prescribe en textos antiguos como el Acharanga, las condiciones del monacato son bastante estrictas y surgen de las enseñanzas de Majavirá. Los cinco *majá-vratas* son los cinco votos principales que deben observar los monjes jainas

1. No violencia (ahimsa).
2. Verdad (satiá).
3. No robar (asteia).
4. Castidad (brahmacharia).
5. No posesión, o desapego (aparigraja).

Para los jainas laicos que pueden casarse y poseer propiedades existe un equivalente de cinco votos llamados *anu-vratas* (pequeñas promesas). A diferencia de los monjes de religiones como la católica, el monacato entre los jainas lleva aparejada una vida mendicante y nómada que solo se detiene por razones como la edad, una enfermedad o algún interés erudito.^[17]

Meditación

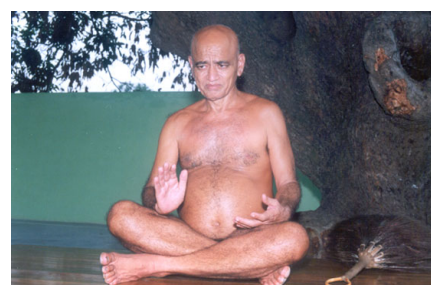
La meditación jaina pretende llevar el alma a un estado de completa libertad de las ataduras.^[18]

Los textos jainas ofrecen una guía detallada sobre técnicas de meditación para alcanzar un conocimiento y conciencia plenos. Las técnicas de meditación jaina están diseñadas para ayudar al que las practique a permanecer apartado de los apegos y los odios y así conseguir una liberación de las ataduras del karma mediante la percepción correcta, el conocimiento correcto y la conducta correcta.^[19] Estos tres puntos se conocen como *ratna-traia* ('las tres gemas' del jainismo), y son imprescindibles para lograr que el alma se eleve.^[20]

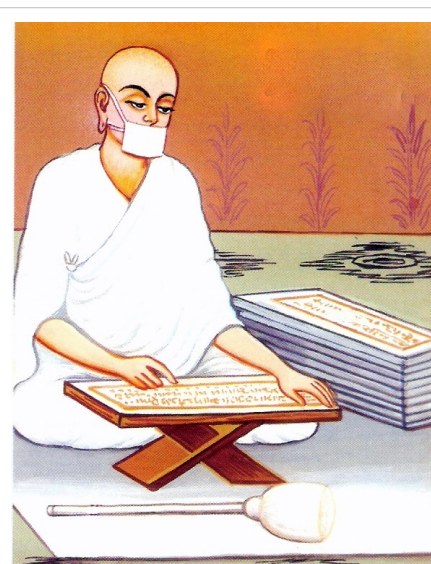
Karma

Véase también: Karma#El karma en el jainismo.

El concepto de karma en el jainismo transmite un significado totalmente diferente al que suele entenderse en la filosofía hinduista y en la civilización occidental.^[21] No se trata de una fuerza inaccesible que controla el destino de los seres vivos de forma inexplicable. No se refiere simplemente a 'acto', 'trabajo' ni tampoco una fuerza mística invisible (*adrista*) sino más bien un material delicado, imperceptible para los



Acharya Vidyasagar, monje dig-ambara ('vestido con las direcciones' [norte, sur, este y oeste], desnudo).



Monje jaina en meditación.

sentidos que interactúa con el alma con una calidad e intensidad proporcional a las acciones, pensamientos realizados y las palabras dichas que se hayan guiado por aversiones y apegos causando nuevas ataduras.

El karma en el jainismo es algo material (*karma-paudgalam*) que produce ciertas condiciones como una medicina tiene múltiples efectos.^[22] Los efectos del karma que se contemplan en el jainismo son más un conjunto de leyes físicas que de leyes morales.

Los karmas se agrupan en «karmas dañinos», que obstruyen la verdadera naturaleza del alma y «karmas no destructivos». A causa de que existen karmas dañinos, el alma está encerrada en un cuerpo y deberá experimentar dolor y sufrimiento de maneras diferentes. El jainismo realiza una extensa clasificación sobre los tipos de karma a partir de estas dos categorías principales.

La liturgia jaina explica la forma de contener la influencia del karma así como librarse de los karmas acumulados.

Moksha

En el jainismo el moksha es lo mismo que el nirvana.^{[23][24]} Cuando un alma alcanza el moksha se libera del ciclo de nacimientos y muertes (*samsara*) consiguiendo su máxima pureza. En tonces se convierte en *siddha*, literalmente ‘aquel que ha conseguido su objetivo último’.

Textos y autores

Textos

- *Yina-shataka*, un escrito de Yambu Kavi.
- *Yina-shata-panyiká*, de Shamba Sadhu.
- *Yina-stuti*
- *Yina-iagña-kalpa*, de Asha Dhara.

Santos jainas

Esta lista contiene los más conocidos *yina-suri* (santos jainas):

- Yinéshuara: fundador del *Kharatara-gacha* (1024).
- Yina-Chandra: predecesor del famoso Abhai Deva, autor del *Samvega-ranga-shala-prakarana*.
- Yina-Chandra (1141-1167).
- Yina-Pati (1154-1221), autor de varios escritos.
- Yineśwara (1189-1275).
- Yina-Prabodha (1229-1285), autor del *Pañjikā-durga-pada-prabodha*
- Yina-Chandra (1270-1320).
- Yinodaia o Yina-Udaia (1319-1376).
- Yina-Labdhi (f. 1350).
- Yina-Padma (f. 1350).
- Yina-Chandra (f. 1359).
- Yina-Chandra (1431-1474).
- Yina-Samudra (1450-1499).
- Yina-Bhadra (f. 1458).
- Yina-Jamsa (1468-1526), autor de un glosario sobre el primer *anga*.
- Yina-Manikía (1493-1556), autor de un *Subāhu-purāna*.
- Yina-Chandra (1539-1614).
- Yina-Simja (1559-1618).
- Yina-arya (1591-1643), autor de un comentario sobre el *Naishadha-charita*.
- Yina-Ratna (f. 1655).
- Yina-Chandra (f. 1707).
- Yina-Saukhia (1683-1724).
- Yina-Bhakti (1714-1748).
- Yina-Labha (1728-1778), autor del *Ātmā-prabodha*.
- Yina-Chandra (1753-1800).
- Yina-Jarsha (consagrado en el año 1800).
- Yina-Prabhá: autor de varios trabajos.
- Padalipta-Suri: autor de *Yina-bimba-pratishta* (establecimiento de estatuas jainas).



Estatua de elefante en el interior del templo de Ranakpur.

Otros santos

- Yina-Deva: nombre de un *arjat* (divinidad principal) de un *avasarpiní* anterior.
- Yinesha o Yinésuara: nombre de otro *arjat* de los jainas, de un *avasarpiní* anterior al actual.
- Yina-Shékara: nombre del fundador de la segunda subdivisión de la Kharatara-Gacha de la comunidad jaina.
- Yina-Simja: nombre del fundador de la tercera subdivisión de la Kharatara-Gacha de la comunidad jaina.
- Yina-Vardhana: nombre del fundador de la quinta subdivisión del Kharatara-Gacha de la comunidad jaina (f. 1458), autor del *Chandra-Prabha-charitra* y de otros cuatro *charitras* (biografías).
- Yinendra (Yina Indra: 'rey de los yinas'): nombre de un santo jaina.

Escritores

- Yina-Bhadra: famoso escritor jaina, también llamado Yinadra-Gani-Kshama-Ashramana.
- Yina-Bhadra: nombre del autor de un cuento (escrito en el 1148).
- Yina-Dasa: autor de un *churni* acerca de Avashiaka.
- Yina-Dasa: autor del *Dharma-pancha-vinshatika*.
- Yina-Deva: autor del *Madana-parayaia*.
- Yina-Mandana: autor del *Kumararapala-prabandha*.
- Yina-Mitra: uno de los traductores del *Lalit*.
- Yina-Valabha: famoso escritor jaina (f. 1111).
- Yina-Vimala: escritor del comentario *Shabda-prabheda-tika* (escrito en 1598 o 1638).
- Yina-Kirti: autor de los poemas *Champaka-stava* y *Namaskāra-stava*.
- Yina-Datta (1076-1155), maestro de Amara-Chandra y de Yina-Bhadra.
- Yina-Kushala (1281-1333), autor de *Chaitia-vandana-kula-vriti*.
- Yina-Sena: nombre del autor de *Trivarna-achara-samjita*, y del *Harivamsa-purana*/*Jari-vamsa-purana* (completado por Guna-Bhadra). Ver citas en Wikiquote (enlazado al final de esta página).
- Yina-Jarsha: nombre del autor del *Vicharamrita-samgraja*.
- Yina-Adi-Viyaia: nombre del autor de un glosario sobre el tercer *upanga* (de los jainas).
- Yinendra-Buddhi: gramático indio, autor de un tratado llamo *Niasa*.

Referencias



- [1] Helmuth von Glasenapp, Shridhar B. Shrotri (1999): *Jainism: an indian religion of salvation* (pág. 15).
«Jainas consider that religion is eternal and imperishable. It is without beginning and it will never cease to exist. The darkness of error enveloping the truth in certain, periodically occurring aeons clears up again and again so that the brightness of the jaina-faith can sparkle again anew».
- [2] Paul Dundas (2002): *The jains* (pág. 12).
«Jainism is believed by its followers to be everlasting, without beginning or end».
- [3] Jinendra Varni (ed.) prof. Sagarmal Jain, T. K. Tukul, y Dr. Narendra Bhandari: *Saman-suttam*. Nueva Delhi: Bhagwan Mahavir Memorial Samiti.
«The historians have so far fully recognized the truth that Tirthankara Mahavira was not the founder of the religion. He was preceded by many tirthankaras. He merely reiterated and rejuvenated that religion. It is correct that history has not been able to trace the origin of the jaina religion; but historical evidence now available and the result of dispassionate researches in literature have established that jainism is undoubtedly an ancient religion» (págs. xii-xiii de la introducción, escrita por Justice T. K. Tukul, y el Dr. K. K. Dixit).
- [4] Helmuth von Glasenapp, y Shridhar B. Shrotri (1999): *Jainism: an indian religion of salvation* (pág. 24).
«Thus not only nothing, from the philosophical and the historical point of view, comes in the way of the supposition that jainism was established by Parsva around 800 BCE, but it is rather confirmed in everything that we know of the spiritual life of that period».
- [5] Paul Dundas (2002): *The jains* (pág. 17).
«Jainism, then, was in origin merely one component of a north indian ascetic culture that flourished in the Ganges basin from around the eighth or seventh centuries BCE».
- [6] Gerald James Larson (1995): *India's agony over religion*. SUNY Press, 1995. ISBN 0-7914-2412-X.
«There is some evidence that jain traditions may be even older than the buddhist traditions, possibly going back to the time of the Indus valley civilization, and that Vardhamana rather than being a "founder" per se was, rather, simply a primary spokesman for much older tradition» (pág. 27).
- [7] Joel Diederik Beversluis (2000): *Sourcebook of the world's religions: an interfaith guide to religion and spirituality*. Novato (California): New World Library. ISBN 1-57731-121-3.
«Originating on the Indian sub-continent, jainism is one of the oldest religion of its homeland and indeed the world, having pre-historic origins before 3000 BC and the propagation of indo-aryan culture» (pág. 81).
- [8] Mrs. N. R. Guseva: *Jainism* (pág. 44).
- [9] Jeffrey D. Long (2009). *Jainism: an introduction*. Nueva York: I. B. Tauris. pp. 45-56. ISBN 978-1-84511-626-2.
- [10] « Indian Census (http://www.censusindia.gov.in/Census_Data_2001/India_at_glance/religion.aspx)». Censusindia.gov.in. Consultado el 01-09-2010.
- [11] Estimates for the population of jains differ from just over four million to twelve million due to difficulties of jain identity, with jains in some areas counted as a hindu sect. Many jains do not return jainism as their religion on census forms for various reasons such as certain jain castes considering themselves both hindu and jain. The 1981 Census of India returned 3.19 million jains. This was estimated at the time to be at least

- half the true number. There are an estimated 25,000-30,000 jains in Europe (mostly in Britain), 20,000 in Africa, 45,000 plus in North America (from Dundas, Paul (2002). *The jains* (<http://books.google.com/?id=5ialKAbIyV4C&pg=PA299&dq=jains+britain#v=onepage&q=jains+britain&f=false>). Routledge. p. 271. ISBN 0415266068, 9780415266062. .) and 5,000 in the rest of Asia.
- [12] « Press Information Bureau, Government of India (http://pib.nic.in/release/rele_print_page1.asp?relid=3724)». Pib.nic.in (06-09-2004). Consultado el 01-09-2010.
- [13] « Census of India 2001 (<http://www.censusindia.net>)». Censusindia.net. Consultado el 01-09-2010.
- [14] John E. Cort: «The jain knowledge warehouses: traditional libraries in India», en la revista *Journal of the American Oriental Society*, vol. 115, n.º 1, págs. 77-87, enero-marzo de 1995.
- [15] Kurt Titze: *Jainism: a pictorial guide to the religion of non-violence*. Mohitil Banarsidass, 1998.
- [16] John E. Cort: *Jains in the world: religious values and ideology in India*. Oxford University Press, 2001.
- [17] Dundas, Paul (en inglés). *The jains* (<http://books.google.com/books?id=5ialKAbIyV4C&pg=PA299&dq=jains+britain&hl=es#v=onepage&q=monks+and+nun&f=false>). pp. 152. . Consultado el 25 de octubre de 2011.
- [18] «blessings». *Sambodhi*. Aadarsh Saahitya Sangh. 2004.
- [19] «Foreword». *Jain Yog*. Aadarsh Saahitya Sangh. 2004.
- [20] *Tattva-artha-sutra*.
- [21] Hermann Kuhn (2001): *Karma, the mechanism: create your own fate*. Nevada: Crosswind Publishing, 2001.
- [22] Dr. H. V. Glasenapp: *Doctrine of karman in jain philosophy* (pág. 2).
- [23] *Collected papers on jaina studies*. Delhi: Motilal Banarsidass Publ.. 2000. ISBN 81-208-1691-9.: «Moksa and nirvana are synonymous in jainism» (pág. 168).
- [24] Michael Carrithers, y Caroline Humphrey (1991): *The assembly of listeners: jains in society*. Cambridge University Press, 1991. ISBN-0521365058. «Nirvana: a synonym for liberation, release, moksa» (pág. 297).

Bibliografía

- Díez de Velasco, Francisco (1995/2002 (tercera edición revisada y aumentada).). *Introducción a la historia de las religiones* (<http://books.google.es/books?id=UuwQAQAAIAAJ>). Madrid: Trotta. ISBN 978-84-8164-564-4.
- Flood, Gavin (1998/2003). *El hinduismo* (http://books.google.es/books?id=1_kX6VNdDWoC). Madrid: Akal Cambridge. ISBN 978-84-8323-032-9.
- Pániker, Agustín (2001). *El jainismo: historia, sociedad, filosofía y práctica* (<http://books.google.es/books?id=MWuPkkgH514C>). Barcelona: Kairós. ISBN 978-84-7245-484-2.

Enlaces externos

-  Wikimedia Commons alberga contenido multimedia sobre **Jainismo**. Commons
-  Wikiquote alberga frases célebres de o sobre **Yina-Sena (famoso maestro jaina)**. Wikiquote
- Alcione.cl (http://www.alcione.cl/nuevo/index.php?object_id=439) (La meditación en el jainismo).
- Conoze.com (<http://www.conoze.com/doc.php?doc=1440>) (el jainismo).
- EnBuenasManos.com (<http://www.enbuenasmanos.com/articulos/muestra.asp?art=704>) («Una religión que respeta a los animales»).
- Jainismo.tripod.com (<http://jainismo.tripod.com>) (definición, historia, literatura).
- JainSadhvis.blogspot.com (<http://jainsadhvis.blogspot.com>) (fotos de viajes con *sadhús* jainas).
- jainworld.com (<http://www.jainworld.com>) (Combina las aspiraciones de los jainas en todo el mundo).
- Meta-Religion.com (http://www.meta-religion.com/Religiones_del_mundo/Otras/jainismo.htm) (breve introducción).
- TradicionPerenne.com (<http://www.tradicionperenne.com/JAINISMO/marcosjainismo.htm>) (doctrinas jainas).

Mahāyāna

Mahāyāna (literalmente *Gran vehículo*) es una de las tres principales ramas del budismo. Algunas de las áreas en las que se practica son China, Tíbet, Japón, Corea, Vietnam, y Taiwán. Del Mahāyāna se desarrolló el Vajrayāna esotérico que afirma combinar todas las escuelas previas.

Orígenes

Los estudiosos creen que el mahāyāna, como un movimiento separado, comenzó alrededor del siglo I de la Era Común en el sur de la India.

El desarrollo del Mahāyāna fue un proceso lento y gradual. El Mahāyāna no era una *escuela* rival, y por lo tanto no fue la consecuencia de un cisma (*sanghabheda*). Monjes Mahāyāna podían vivir sin discordia en el mismo monasterio con monjes de otras escuelas, siempre que sostuvieran el mismo código, a pesar de que se cree que monjes no Mahayana pudieron haberse tomado con algo de burla las creencias y prácticas privadas de sus hermanos Mahayana.

La idea de un cisma o ruptura radical, con cambios religiosos dramáticos, simplemente no concuerda con lo que sabemos ahora del desarrollo religioso budista, no en textos sino en la práctica real (Williams, 1989).

Diferenciación

Aunque el Theravāda se atiene estrictamente a las enseñanzas que con más claridad podemos atribuir al Buda histórico, el Mahayana reconoce en la enseñanza del propio Buda más un método que una doctrina; un método similar al método científico, en el sentido que indaga para descubrir la verdad, sin prejuicios y con total libertad para criticar o poner en duda enseñanzas o teorías del pasado. ^[*cita requerida*] En otras palabras, lo que el Mahayana enseña puede verificarse de una forma esencialmente idéntica a cómo se confirma la validez de las teorías científicas ^[*cita requerida*]. Esto ha conducido recientemente a despertar un interés mutuo por parte de destacados maestros budistas y reconocidos científicos que se han reunido en una serie de encuentros que han explorado la relación entre Budismo y ciencia.



Una tríada del budismo Mahayana temprano. De izquierda a derecha, un devoto Kushan, el Bodhisattva Maitreya, el Buda, el Bodhisattva Avalokitesvara, y un monje budista.
Siglo II a siglo III, Gandhara.

Escrituras

El Mahāyāna se aparta de la tradición Nikaya (a veces conocida como la escuela Theravāda) en su aceptación de las sutras Mahāyāna. Las escuelas Mahāyāna, sin embargo, no rechazan los sutras Nikaya, tales como los registrados en el Canon Pali; éstos también son vistos como autoritativos.

Las escrituras Mahāyāna fueron fijadas por escrito en el siglo I de la Era Común. Algunos de ellas, tales como los sutras de *La Perfección de la Sabiduría*, se presentan como sermones reales de Buda que habrían estado ocultos. Según algunas fuentes, estos sermones fueron pasados por tradición oral como otros sutras, pero otras fuentes afirman que fueron ocultados y después revelados varios siglos más adelante por una vía mitológica. Además de sutras, algunos textos Mahāyāna son esencialmente comentarios.

Bibliografía

- Shinjo Ito: "Shinjo:Reflections", Somerset Hall Press, USA, 2009.

Enlaces externos

- Golden Light Sutra ^[1]

Referencias

- [1] <http://www.fpmt.org/teachers/zopa/advice/goldenlight.asp>

Budismo y ciencia

Budismo y ciencia hace alusión a la exploración de las conexiones potenciales entre ambas disciplinas.

Fundamentación

Enfocándose en la naturaleza de la mente y sus implicaciones para el concepto de la realidad, algunos piensan que el budismo ofrece una aplicación novedosa en varias áreas de la ciencia, más exactamente en psicología, estudios de conciencia y teoría cuántica, pero también en evolución y cosmología.

El budismo reconoce en la enseñanza del propio Buda más un método que una doctrina; un método similar al método científico, en el sentido que indaga para descubrir la verdad, sin prejuicios y con total libertad para criticar o poner en duda enseñanzas o teorías del pasado. En otras palabras, lo que el budismo enseña puede verificarse de una forma esencialmente idéntica a cómo se confirma la validez de las teorías científicas.

Esa cercanía que hay entre algunas escuelas de budismo y la ciencia occidental, ha despertado recientemente el interés de muchos investigadores de campos tan diversos como la neurología y la física subatómica, y es así como han tenido lugar una serie de encuentros en que científicos y budistas han intercambiado el conocimiento de sus respectivas teorías para determinar si éstas se contradicen o —por el contrario— se refuerzan.

El biólogo chileno Francisco Varela (1946-2001) jugó un rol fundamental en esta iniciativa de vincular el budismo con la ciencia. Su enfoque de la enacción, basado en la «teoría de la autopoiesis», resuena de manera notable con la filosofía tibetana más avanzada, conocida como madhyamaka (el camino medio).

Kalama Sutta

El kalama sutta da apoyo a la sinergia entre budismo y la ciencia, por insistir en una apropiada evaluación de la evidencia, en vez de confiar en la fe o en la simple especulación:

"Es correcto que vosotros, Kalamas, dudéis, vaciléis... No aceptéis lo que ha sido adquirido a fuerza de oírlo repetidamente; ni lo que la tradición dice, ni el rumor, ni lo que está en las escrituras, ni lo que se supone que es cierto, ni lo que dicen los axiomas, ni los razonamientos engañosamente brillantes, ni porque tengáis propensión hacia una idea que provenga del pasado, ni lo que depende de la aparente capacidad de otros, ni porque penséis: 'el monje es nuestro maestro...'"

Budismo y física

Los intentos de unir conceptos budistas como no-dualismo con conceptos usados en física como dualidad onda-partícula, popularizados a través de libros como *El Tao de la Física* (1975, del físico austriaco Fritjof Capra [1939-]) y *The Dancing Wu Li Masters* (1979, del escritor estadounidense Gary Zukav), hasta ahora han demostrado ser sólo provocativos. Afirmaciones de que pioneros de la teoría cuántica como Werner Heisenberg (1901-1976) y Erwin Schrödinger (1887-1961) fueron influidos profundamente por conceptos budistas no están respaldadas ni por sus propios escritos ni por biografías autorizadas. <http://www.scribd.com/doc/3244251/Budismo-y-Fisica-cuantica> <http://ctkohl.lacoctelera.net/post/2008/06/20/east-meets-west>

Budismo y psicología

En 1974 el maestro budista Chögyam Trungpa (1939-1987) predijo que «el budismo llegará al Occidente como psicología» (una visión al parecer recibida con escepticismo en ese tiempo). A la fecha, sin embargo, conceptos budistas han hecho incursiones en las ciencias de la psicología. Algunas teorías científicas modernas como la psicología rogeriana muestran estrechos paralelismos con el pensamiento budista.

Budismo y biología evolucionista

Algunos trabajos interesantes sobre la relación entre budismo y ciencia se están adelantando al comparar las teorías de la escuela yogāchāra (del budismo mahāyāna), relativas a la conciencia de reserva, con la biología evolucionista moderna, especialmente sobre el ADN. Este nexo se funda en que la teoría yogachara de las semillas kármicas funciona bien para explicar el problema de «naturaleza/nutrición» (véanse los trabajos de William Walron sobre este tema).

Meditación y ciencia

Durante los años setenta, varios estudios experimentales sugirieron que la meditación budista puede relacionarse con un amplio rango de estados psicológicos. El interés en valerse de la meditación como un medio para producir estados mentales ha sido revivido recientemente a partir de la disponibilidad creciente de tecnologías de exploración del cerebro como IRMf (fMRI en inglés) y SPECT.

Estos estudios han sido alentados entusiastamente por el Dalái Lama actual, Tenzin Gyatso (1935-), quien ha expresado su interés en explorar la conexión entre budismo y ciencia occidental, y asiste regularmente a las Conferencias de la Mente y la Vida (véase abajo el respectivo enlace).

Bibliografía

- Cooper, Robin: *The Evolving Mind: Buddhism, Biology and Consciousness*. Birmingham (RU): Windhorse, 1996.
- Goleman, Daniel (en colaboración con el Dalai Lama), *Destructive Emotions*. Londres (RU): Bloomsbury, 2003.
- Wallace, B. Alan, *Choosing Reality: A Buddhist Perspective of Physics and the Mind*. Ithaca (Nueva York): Snow Lion, 1996.

Enlaces externos

- InvestigatingTheMind.org ^[1] (Conferencias de la Mente y la Vida; en inglés).
- Pnas.org ^[2] (texto completo del 2004 que examina los efectos de la meditación a largo plazo sobre la función cerebral; en inglés).
- PsychoSomaticMedicine.org ^[3] (texto completo del 2003 que examina el efecto de la meditación atenta sobre la función cerebral e inmune; en inglés).
- Kalama Sutta ^[4]. En este famoso discurso, el Buda explica los criterios que se deben tener en cuenta para aceptar o no, una enseñanza espiritual.

Referencias

[1] <http://www.investigatingthemind.org/>

[2] <http://www.pnas.org/cgi/content/full/101/46/16369>

[3] <http://www.psychosomaticmedicine.org/cgi/content/full/65/4/564>

[4] <http://www.bosquetheravada.org/629-an-366-kesamutti-sutta-kalama-sutta-discurso-a-los-kalamas-de-kesamutti>

Theravada

Theravāda es una de las 19 escuelas nikaya que formaron el budismo original. Se desarrollaron en la India durante los siglos subsecuentes a la muerte de Buda (420-368 a. C.). El nombre *theravāda* significa 'la palabra [doctrina] de los antiguos'. Es la escuela más antigua del budismo, es relativamente conservadora y la más cercana al budismo temprano, por lo cual se podría considerar dentro de la ortodoxia. Basan su tradición en el llamado Canon Pali, compendio donde se transcribieron los discursos que el Buda dio a lo largo de su vida luego de la iluminación.

Sin embargo, no es esta la principal característica de la escuela theravada, dado que en todas las tradiciones espirituales, las diversas variantes se adjudicarán la preservación de la doctrina original. Como apunta el historiador Richard Gombrich: «En términos doctrinales los theravadin aclaran que ellos son *vibhajja-vadin*, es decir 'analistas' que se complacen en clasificar los estados psicológicos».^[1]

El budismo theravāda es hoy la religión predominante en algunos países del sudeste asiático, como Camboya, Laos, Birmania, Tailandia y Sri Lanka. La literatura sagrada budista theravada fue la primera conocida en occidente. Mediante traducciones hechas en el siglo XIX, estando actualmente completada al idioma inglés y en curso de serlo en otros idiomas.

En el mundo académico occidental el estudio del budismo theravada y del idioma pali es preeminente universitario y el mejor estudiado.

Filosofía

El theravada promueve el concepto de vibhajjavada (literalmente ‘enseñanza del análisis’ en idioma pali). Esta doctrina sostiene que la introspección clara debe ser el resultado de la experiencia individual, investigación crítica y razonamiento, opuesto a la fe ciega. Sin embargo, las escrituras tradicionales también enfatizan el seguir los consejos de los sabios, porque ellos y la evaluación de las propias experiencias deben ser los instrumentos para juzgar las prácticas.

El objetivo theravada es la liberación (o libertad) de *dukkha*, según las Cuatro Nobles Verdades, lo que se consigue al alcanzar el nirvana, que también completa el continuo ciclo de nacimiento y muerte. El theravada enseña que el nirvana se alcanza antes siendo un noble discípulo de Buda: un arahant.

En opinión de los theravadas, el nirvana alcanzado por los arahants es el mismo que el obtenido por el propio Buda. Pero el de él es superior debido a que lo alcanzó por sí mismo y supo enseñar a otros. Los arahants alcanzan el nirvana en parte debido a sus enseñanzas. Los theravadines reverencian al Buda Sakyamuni, pero reconocen la existencia de otros Budas en tiempos pasados y futuros. Por ejemplo, el Canon Pali menciona que Maitreia será un futuro Buda.

En la creencia theravada, algunas personas practicantes comprometidos pueden alcanzar la iluminación en una única vida. Otros pueden necesitar varias, según alcanza estados conscientes más profundos.

Canon Pali

El Canon Pali es considerado por el budismo theravada como la versión autorizada de las enseñanzas de Buda. De acuerdo con Bhikkhu Bodhi, este Canon fue compilado en los tres grandes concilios budistas en los primeros tres siglos luego de la muerte del Buda: «El primero en Rajagaha, convocado tres meses después del Parinibbana de Buddha por quinientos monjes bajo el liderazgo del monje Mahakassapa; el segundo en Vesali, cien años después y el tercero en Pataliputta, 200 años más tarde. El Canon que resultó de estos concilios, conservado en el lenguaje indio medio ahora llamado pali, se conoce como Tipitaka, 'las tres canastas' o colecciones de las enseñanzas».^[2]

Los especialistas coinciden que el más importante de estos concilios fue el de Rajagaha celebrado en el siglo V a.C., donde los monjes, pero sobre todo el primo carnal del Buda, Ananda, recitaron los sermones tal y como recordaban haberlos escuchado hasta que finalmente llegaron a un acuerdo. El canon Pali se divide en tres secciones o «canastas»:

1. *vinaya pitaka*: La ‘canasta de la disciplina’, que contiene las prescripciones que regulan la vida monástica, tales y como las dictó el Buda en distintas ocasiones.
2. *sutta pitaka*: La ‘canasta de los sermones’, que contiene los sermones discursos y diálogos del Buda y de algunos de sus discípulos.
3. *abhidhamma pitaka*: la ‘canasta de la doctrina sistemática’.^[3]

De estos el *Sutta-pitaka* se compone a su vez en cinco *nikaya* o colecciones, que son:

- *Digha Nikaya* (colección de sermones largos).
- *Majjhima Nikaya* (colección de sermones medios).
- *Samyutta Nikaya* (colección de sermones ordenados por materias).
- *Anguttara Nikaya* (colección de sermones por orden numérico).
- *Khuddaka Nikaya* (colección de textos breves).

Por su parte el *Abhidama* se divide en siete libros: el *Dhammasangani*, el *Vibhanga*, el *Dhatukatha*, el *Puggalapaññatti*, el *Kathavatthu*, el *Yamaka* y el *Patthana*.

La diferencia entre las dos primeras canastas —*Vinaya Pitaka* y *Sutta Pitaka*— y el *Abhidama Pitaka* consiste en que este último no es el registro de discursos o de pláticas que ocurrieron en lugares reales, sino la sistematización del conocimiento vertido por el Buda. Es pues un estudio exhaustivo de las dos primeras Canastas —compiladas en

los dos primeros concilios— acompañada de una gran reflexión filosófica con fines didácticos. De hecho el "Abhidama" fue redactado en el tercer concilio, convocado en Pataliputta por el Rey Ashoka rumbo al año 250 a. C.

Hinayana

Hīnayāna es un término sánscrito que significa 'vehículo inferior', donde *vehículo* (*yana*), se refiere a la forma de encontrar la iluminación.

- 小乘 *xiǎochèng* (en chino).
- 소승 *soseung* (en coreano).
- *shōjō* (en japonés).
- *tiểu thừa* (en vietnamita).
- *theg chung* (en tibetano).

Es un término utilizado por los budistas mahayana (que consideran la liberación de todos los seres sintientes como más importante que la propia) para referirse al sistema theravada.^[4]

El término aparece hacia los siglos I y II a. C. Se utiliza en algunas publicaciones controvertidas, existiendo incluso diferentes opiniones sobre su uso y significado entre los budistas en general y los estudiantes en particular.^[5]

Historia de la tradición

Según la tradición sinhalesa, el budismo fue introducido en Sri Lanka por Mahinda, considerado el hijo del emperador Maurya Asoka en el tercer siglo a. C., como parte de las actividades misioneras de la era imperial de Asoka. En Sri Lanka, Mahinda fundó el Mahavihara Monastery de Anuradhapura. Posteriormente escindido en tres grupos nominados según sus centros monásticos como el Mahavihara, el Abhayagirivihara y el Jetavanavihara. En 1164, bajo la tutela de dos monjes de una rama forestal de Mahavihara, el rey de Sri Lanka reunió a todos los bikkhus en su país en la escuela ortodoxa de Mahavihara.

Pocos años tras la llegada de Mahinda, Sanghamitta, considerada la hija del emperador Asoka, llegó a Sri Lanka. Fundó la primera orden monástica femenina de Sri Lanka, pero extinta en Sri Lanka en el siglo XI y en Birmania en el XIII. En el 429, a petición del emperador chino, fueron enviadas monjas de Anuradhapura para establecer la orden. La congregación se expandió a Corea.

Durante el reinado de Asoka se envió un misionero a Suvannabhumi, de dónde se considera que nacieron dos monjes, Soṇa y Uttara. Las opiniones escolásticas difieren sobre la localización precisa, pero se la cree situada en algún lugar en el área entre las actuales baja Birmania, Tailandia, Laos, Camboya y la península malaya.

Los mon fueron uno de los primeros habitantes de la baja Birmania y se cree que son theravadas desde el siglo III a. C. Unos descubrimientos arqueológicos demostraron que los mon tuvieron contacto cercano con la India meridional y Sri Lanka. Los birmanos adoptaron la religión y escritura de los mon (usada allí como transcripción palí) cuando conquistaron Thaton, el reino mon en 1057. Según leyendas locales, ésta era el área de Suvannabhumi visitada por los misioneros cortesanos de Asoka. Los mon fueron también de los primeros en habitar Tailandia. Los tailandeses adoptaron la religión de los mon al conquistar Hariphunchai, el reino mon en 1292.

Sin embargo, pese a su éxito en Asia meridional, el budismo theravada nunca arraigó en China, excepto en algunas áreas fronterizas con los países theravadas.

Referencias

- [1] Richard Gombrich: *Budismo theravada. Historia social desde el antiguo Benarés hasta el moderno Colombo* (pág. 202). Ediciones Cristiandad, 2002.
- [2] Bikku Bodhi (edición e introducción): *Compendio del Abhidhama* (pág. 1), El Colegio de México, 1999.
- [3] Amadeo Solé-Leris, y Abraham Vélez de Cea (traducción del palí, introducción y notas): *Majjhima nikaya. Los sermones medios del Buddha* (pág. xvii). Kairós, 1999.
- [4] *Hinayana ('camino inferior') es un término polémico, el cual autodescribe mahayana ('camino superior'). El Buddha explico en el Sutra de la Flor de Loto (último en ser expuesto) que el llamado vehículo inferior es solo un expediente que guía hacia el mahayana (la vía del Boddhisathva)*
- [5] *La supuesta dicotomía mahayana-hinayana es tan prevalente en la literatura budista que esta it has yet fully to loosen its hold over scholarly representations of the religion. - p. 840, MacMillan Library Reference Encyclopedia of Buddhism, 2004*

Enlaces externos

- Meditación vipassana, (<http://www.spanish.dhamma.org/>) por S. N. Goenka.
- Budismo theravada hispano (<http://www.btmar.org/>).
- Bosque theravada, (<http://www.bosquetheravada.org/>) web budista dedicada al Tipitaka (Canon Pali) y la Tradición Theravada del Bosque (Forest Tradition).
- Casa de meditación vipassana budismo theravada (<http://www.vipassana.org.mx/>)
- Sun Vipassana Nanchat (<http://www.anumodana.org/>)
- Asociación Española de Budismo Theravada (<http://www.aebtheravada.org/>)
- «¿Qué es el budismo theravada?», (http://www.bosquetheravada.org/index.php?option=com_k2&view=item&layout=item&id=550&Itemid=27) artículo introductorio al budismo theravada en el cual se explican las características principales de esta tradición y el rol que cumple en ella el idioma pali con su canon de las escrituras budistas.

Bodhicaryavatara

El **Bodhicharyāvatāra** o *Bodhisattvacharyavatara*, traducido como *Guía para el modo de vivir del bodhisattva*, *El camino del Bodhisattva*, etc. es un famoso texto budista mahayana (sánscr. mahāyāna) escrito en métrica sánscrita por Shantideva (Śāntideva), monje de la universidad monástica de Nalanda (sánscr. Nālandā), India, que vivió alrededor del año 700 EC. Contiene diez capítulos dedicados al desarrollo de bodhicitta (el ánimo de iluminación) a través de la práctica de las seis perfecciones o paramitas (sánscr. pāramitā). El texto comienza por un capítulo que describe los beneficios del desear alcanzar la iluminación. El sexto capítulo, sobre la paramita de la Paciencia (shanti, sánscr. kṣānti) es considerado por muchos budistas el apogeo de escrituras de este tema, y es la fuente de numerosas citas de Shantideva. Los eruditos tibetanos consideran que el noveno capítulo, "Sabiduría", es una de las exposiciones más sucintas de la vista filosófica madhyamika. El décimo capítulo, "dedicatoria", es una de las plegarias mahayanas más populares.

Muchos estudiosos tibetanos han escrito comentarios a este texto.

Índice de capítulos

- 1. Beneficios de la *bodhicitta* (el deseo de encontrar la iluminación para los demás)
- 2. Purificar malas acciones
- 3. Adoptar la mente de iluminación
- 4. Usar la consciencia
- 5. Guardar la vigilancia
- 6. La práctica de la Paciencia
- 7. La práctica del esfuerzo gozoso
- 8. La práctica de la concentración meditativa
- 9. La perfección de la sabiduría
- 10. Dedicatoria

Discursos exegeticos y comentarios

Abundantes comentarios en la literatura tibetana (se cuenta que hubo más de cien, de los cuales quedan hoy unos doce), la de Jamgon Ju Mipham Gyatso por ejemplo. Su Santidad el Dalái Lama ha dispensado en numerosas ocasiones comentarios a la obra de Shantideva (*A Flash of Lightning in the Dark of Night*, Shambala, por ejemplo), y ha declarado "todo lo que sé de bodhicitta viene del bodhicaryavatara".

Traducciones

Al español:

- Isidro Gordi, *Destellos de Sabiduría*, Ediciones Amara, Menorca, 1995 ISBN 978-84-920119-2-6
- *Guía de las obras del Bodhisattva*, Ed. Tharpa, Cádiz, 2004 ISBN 978-84-933148-2-8
- *La práctica del Bodhisattva*, Ed. Dharma, Madrid, 2008 ISBN 978-84-96478-38-1
- *Camino al despertar. Introducción al camino del bodhisattva (Bodhicaryavatara)*, Ediciones Siruela, 2012 ISBN 978-84-9841-631-2

Versiones online:

- *Bodhicaryavatara - Una Introducción a la Forma de Vida del Bodhisattva* Cap. I al III, Traducción de Gustavo Villalobos [1]
- *Bodhicaryavatara* Traducción del inglés al español por la Rev. Yin Zhi Shakya, corrector Upasaka Leonardo Ariel Romero[2]
- *Bodhisattvacharyavatara* traducido del francés *Sur l'océan du mahayana* por L.C.Duverran, 1998 [3]

Al francés:

- Louis Finot, *La marche vers l'éveil*, 1927
- Geshe Lobsang Tengyé, *Sur l'océan du mahayana*, Editions Vajra Yogini, 1993

Al inglés:

- Kate Crosby and Andrew Skilton, ISBN 0-19-283720-6 (paperback) e ISBN 1-899579-49-4
- Marion Matics (como *Entering the Path of Enlightenment*)
- Stephen Batchelor (como *A Guide to the Bodhisattva's Way of Life*)
- Geshe Kelsang Gyatso
- Alexander Berzin (como *Engaging in Bodhisattva Behavior*)
- Padmakara Translation Group (*The Way of the Bodhisattva*) Shambala, 1997, ISBN 1-57062-253-1

Enlaces externos

- Una versión del Bodhicaryavatara en castellano ^[2]
- The Bodhicaryavatara ^[4](en tibetano) en BuddhaNet ^[5]
- Engaging in Bodhisattva Behavior ^[6] en The Berzin Archives ^[7]
- Shantideva Online ^[8]
- Bodhicaryavatara Series - Lotsawa House, hay versión en castellano. ^[9]
- Translation of five chapters of a famous Tibetan commentary by Khenpo Kunpal ^[10]
- Bodhicaryavatara: Sanskrit ^[11]

Referencias

- [1] http://www.lotsawahouse.org/bodhicaryavatara_capitulo_i.html
- [2] http://www.acharia.org/downloads/EI%20Bodhicaryavatara-espanol_2_ultima.pdf
- [3] <http://sambodhi.iespana.es/Bodhisattvacharyavatara.pdf>
- [4] http://www.buddhanet.net/pdf_file/bodhic01.pdf
- [5] <http://www.buddhanet.net/>
- [6] <http://www.berzinarchives.com/bca.pdf>
- [7] <http://www.berzinarchives.com/>
- [8] <http://www.shantideva.net/>
- [9] <http://www.lotsawahouse.org/bodhicaryavatara.html>
- [10] <http://www.kunpal.com/>
- [11] <http://indica-et-buddhica.org/sections/repositorium-preview/materials/santideva/digital-texts/bodhicaryavatara-sanskrit-digital-text>

Yapa mala

Un **mala** o **yapa mala** es una sarta de 108 cuentas esféricas, generalmente de madera, usada en el hinduismo para recitar mantras o el nombre o los nombres de una deidad. Cada cuenta puede llevar tallado uno de los 108 nombres principales del dios Visnú. Además de estas 108 cuentas, lleva una cuenta extra más grande con un penacho de hilos, que va en el medio.

Etimología

- *japa*, en el sistema AITS (alfabeto internacional para la transliteración del sánscrito).
- जप माला, en escritura devanagari del sánscrito.
- Pronunciación: /yápa/ o /shápa/.^[1]
- Etimología: del verbo *yap*, ‘decir en voz baja, murmurar (especialmente oraciones o encantamientos), rezar en voz baja’.^[1]
- Historia del término: no aparece en el *Rig-veda* (el texto más antiguo de la India, de mediados del II milenio a. C.). Aparece por primera vez en el *Shatápatha-brahmana* y en el *Aitareia-brahmana*.
- [ʃɐpɐ maːlaː] (pronunciación según el Alfabeto Fonético Internacional).
- *japa-mala*, en inglés.

Estructuras similares de otras religiones guardan cierto paralelismo con el *mālā*, como el rosario o el cordón de oración cristianos o el *tasbeih* musulmán.



Un *yapa mala* de madera de tulasí.

Nombre

Según el diccionario sánscrito-inglés de Monier-Williams, *yapa* significa 'murmurar oraciones, repetir en un tono susurrante pasajes de las escrituras sagradas, encantaciones, o nombres de una divinidad', mientras que '*mālā*' se traduce como 'guirnalda'.

Por su terminación en *-a*, los hispanohablantes tratan el término sánscrito masculino *yapa* como femenino: «la *yapa*».

Estructura

Se fabrican, principalmente, con madera de *tulsi*, pero puede ser de otra clase de madera, o incluso de plástico.

Llevan un nudo entre cuenta y cuenta, y tras las primeras ocho, se separan atando un hilo entre la octava y novena cuentas.

Rezo con el yapa mala

Para rezar con el *yapa mala* se empieza por la cuenta más grande (1) y se termina una ronda por la más pequeña (108). La siguiente ronda se empieza con la cuenta con que se terminó (108), siempre sin saltarse la cuenta central, ida y vuelta sucesivamente.

El *yapa* se toma en la mano derecha con los dedos medio y pulgar, con cada cuenta se repite el mantra escogido.

Cada cuenta se mueve con estos dos dedos mientras se canta.

La recitación de la *yapa* se puede hacer en voz baja o alta, está bien. No existe la restricción de que deba cantarse en silencio. Lo importante es que se debe cantar atentamente, escuchando la vibración sonora muy claramente

Prabhupada (fundador de los hare krisna),
carta del 8 de marzo de 1969.

La *yapa* se debe cantar temprano en la mañana con completa concentración, de preferencia durante las horas del *brahma muhurta* [aproximadamente una hora y media antes del amanecer]. Concéntrese por completo en la vibración sonora del mantra, pronunciando cada nombre claramente.

Prabhupada,
carta del 6 de enero de 1972.

Significado del número 108

El *yapa mala* posee 108 cuentas. En el hinduismo, el número 108 tiene una importancia mística:

- Según los vaishnavas gaudíías (krisnáístas, o 'visnuístas de Bengala', a los que pertenecen los Hare Krishna), hay 108 *gopís* (pastoras) principales alrededor del dios Krisná (quien sería la cuenta empenachada). Según otro autor,^[2] la cuenta empenachada sería el monte Meru.
- Visnú tiene 108 nombres principales (aunque hay otra lista llamada *Vishnú sajasra nama*: 'los mil nombres de Vishnú').
- Hay 108 textos *Upanishád* (historias con moralejas religiosas y filosóficas).

En el budismo

El *mālā* también es usado en la tradición budista, especialmente en las escuelas tibetanas, en las que la recitación de mantras juega un rol primordial.

En el sijismo

Los sijes también oran y meditan regularmente repitiendo el Naam (el nombre de Dios), o algún mantra, como el biya mantra "Sat Nam" ('nombre eterno') o "Wahe Guru", frecuentemente con la ayuda de un rosario de cuentas o *yapa-mala*. El fundador de la religión, Gurú Nanak Dev, es a menudo retratado con un *mala* en sus manos y alrededor de su cuello.

Notas

[1] Véase la entrada **Jāpa**, que se encuentra en el cuarto renglón de la primera columna de la pág. 412 (<http://www.sanskrit-lexicon.uni-koeln.de/cgi-bin/monier/serveimg.pl?file=/scans/MWScan/MWScanjpg/mw0412-japa.jpg>) en el *Sanskrit-English Dictionary* del sanscritólogo británico Monier Monier-Williams (1819-1899).

[2] Srila Bhakti Raksaka Sridhara Swami (Bengala, 1895-1988).

Shinnyo-en

Shinnyo-en (真如苑[?]) es una forma de budismo esotérico de las varias formas de Budismo japonés. Se trata de una escuela Vajrayāna (a su vez forma esotérica del Budismo Mahāyāna)

El fundador, Shinjo Ito, fue originalmente un Ingeniero Aeronáutico en Japón de antes de la Segunda Guerra Mundial. En 1936, él renuncia a este tipo de vida y junto con su esposa fundan Shinnyo-en portador del esoterismo Shingon pero disponible a todos a través del seguimiento del Nirvana Sutra. Ellos dedicaron el resto de su vida a esta organización siguiendo sus deberes religiosos.

Shinnyo En es la única orden que incluye una forma de meditación llamada sesshin, porque los practicantes pueden ser no solo religiosos sino laicos y porque sigue como canon principal el Nirvana Sutra.

Sesshin es un entrenamiento espiritual que permite poner en práctica en la vida cotidiana las palabras espirituales que transmiten la enseñanza y compasión de Buda, también es portadora de los poderes de bakku daiju.


A diferencia de otras formas de budismo esotérico donde es necesario ordenarse monje, Shinnio en esta abierta a toda persona que quiera practicar budismo. Las ordenes Shingon y Tendaishū son solamente para personas que quieran volverse monjes.

El Sutra principal de Shinnyo-en es el Nirvana Sutra (Mahaparinirvana Sutra es el nombre largo) el cual es el último Sutra atribuido a Buda donde deja su herencia espiritual. Shinnio-en retoma también otros sutras, sin embargo el Nirvana Sutra es el principal y el espíritu que se sigue.

Shinnyo En tiene templos y lugares de reunión en muchos países. En Japón, Hawaii, República Checa, Brasil, Taiwan, Hong Kong, Tailandia, Singapur, Australia, Alemania, Bélgica, Francia, Italia y Estados Unidos (San Francisco, Los Ángeles, Nueva York, Chicago, Seattle).

La palabra Shinnyo En se traduce como "jardín de verdad" o "jardín del Thathagata". Thathagata es un concepto fundamental para la filosofía Mahāyāna y es interpretado como "la Verdadera Naturaleza de todo fenómeno" (ver Nirvana Sutra).

Enlaces externos

-  Portal:Budismo. Contenido relacionado con **Budismo**.
- Shinnyo En ^[1]
- Shinnyo En - Europa ^[2]
- Shinnyo En - República Checa ^[3]
- Shinnyo En - USA ^[4]
- Lantern Floating: Ceremonia tradicionalmente budista - Hawaii ^[5]
- Saisho Homa - Ceremonia tradicionalmente budista - Berlin ^[6]
- The New York Times ^[7]
- Art Knowledge News ^[8]
- New York Sun ^[9]

Bibliografía

- Ito, Shinjo: "Shinjo:Reflections", Somerset Hall Press, USA, 2009.

Referencias

- [1] <http://www.shinnyo-en.org>
 - [2] <http://www.shinnyo-en.eu>
 - [3] <http://www.shinnyo-en.cz>
 - [4] <http://www.shinnyoenusa.net>
 - [5] <http://www.lanternfloatinghawaii.com/aboutTheEvent.html>
 - [6] <http://www.saisho-goma-berlin.com/en/>
 - [7] <http://www.nytimes.com/2008/02/19/nyregion/19buddha.html>
 - [8] http://www.artknowledgegenews.com/Master_Shinjo_Ito.html
 - [9] <http://www.nysun.com/arts/in-sculpture-closer-to-joy/71593/>
-

Budismo Shingon

La escuela **Shingon** (真言宗, *Shingon shū*) es una de las escuelas principales del budismo japonés, y la más importante entre las esotéricas, o tántricas, fuera de la India y el Tíbet. La palabra "Shingon" es la pronunciación japonesa del término chino "Chen Yen", que a su vez es una representación de la palabra sánscrita "mantra". El budismo Shingon surgió en el Japón durante el período Heian (794-1185), cuando el monje Kūkai fue a China, estudió el tantra y regresó, armado de muchos textos y obras de arte, y desarrolló su propia síntesis de la práctica y doctrina esotérica, centrada en el Buda cósmico Vairocana.

Las enseñanzas del shingon están basadas en el Mahavairochana Sutra y el Vajrasekhara Sutra. El budismo tántrico se centra en los rituales y los procesos meditativos que conducen a la iluminación. Según el Shingon, la iluminación no es una realidad distante y lejanas que puede tardar eones en alcanzar, sino nuestro derecho de nacimiento, una posibilidad real a lo largo de esta vida. Con la ayuda de un auténtico maestro y a través de un entrenamiento correcto del cuerpo, el habla y la mente, podemos reclamar y liberar esta capacidad iluminada para nuestro bien y para el bien de los demás.



Templo budista de Danjogaran, en el monte Koya.



Templo budista en Kioto.

En el Shingon, el buda Vairochana se dice que está en todas las cosas. El objetivo del Shingon es el conocimiento de que la naturaleza de uno fue idéntica a Vairocana, un objetivo que se alcanza mediante la meditación y las prácticas rituales. Este conocimiento depende de recibir la doctrina secreta de Shingon, transmitida oralmente por los maestros de la escuela a sus iniciados. Tanto el cuerpo como el habla y la mente participan en el proceso: el cuerpo mediante los gestos devocionales (*mudra*) y el uso de instrumentos rituales, el habla mediante fórmulas sagradas (*mantra*), y la mente mediante la meditación.

Existe una distinción entre el Shingon y todas las demás escuelas del budismo tántrico que sobreviven en el Tíbet, y es el uso de la caligrafía, en lugar de representaciones pictóricas, para representar las figuras de Buda en sus mandalas. Se emplea una antigua escritura india conocida como Siddham para escribir los mantras y dibujar mandalas.

El centro del budismo shingon y lugar sagrado se encuentra a 800 m de altitud en un valle rodeado de los ocho picos del monte Koya, en un lugar que se creía sembrado de lotos, junto a la población de Koya, donde se ha construido una universidad para los estudios del budismo shingon y 120 templos, muchos de los cuales ofrecen alojamiento a

los peregrinos.

Yāna

Yana es una palabra sánscrita con una gama de significados que incluye sustantivos como ‘vehículo’, ‘viaje’ o ‘camino’, y verbos como ‘ir, moverse, montar o marchar’.

En el ámbito del Budismo e Hinduismo, *yana* y *marga* (‘camino, senda’) expresan la metáfora de la práctica espiritual como un camino o un viaje. Textos ancestrales de ambas religiones hablan de doctrinas y prácticas asociadas con varios *yanas*.

En el budismo, *yana* a menudo explica la metáfora del camino espiritual con la idea de varios vehículos que transportan a una persona a lo largo de dicho camino.

La metáfora *yana/marga* es similar a la imagen china de Tao, pero las culturas india y china parecen haber desarrollado estas metáforas de manera independiente.

Orígenes de yana: vehículos y caminos

El uso de *yana* para referirse a un viaje espiritual puede datar del *Rig Vedá*, compuesto posiblemente hacia el 1500 aec, cuyo décimo mándala hace numerosas referencias al *deva yana* (el ‘camino de los dioses’) y una referencia al *pitri yana* (‘camino de los padres’). El primer verso del réquiem del *Rig Veda* (10.18) se traduce aproximadamente como: ‘Muerte, toma el otro camino, que es distinto del camino de los dioses’ (*paraM mrityo anu parehi panthāM yaste swa itaro devayānāt*). El «otro camino» es el *pitryana*, también mencionado en los himnos 10.2, 10.14 y 10.16.

Devayana y *pitriyana* se desarrollaron desde la inquietud del *Rig Veda* por la inmortalidad a la preocupación clásica hindú sobre la existencia finita del *samsara*. Los *Upanishad*, hacen referencia al *devayana* y *pitri yana*. Entre otras diferencias, el *pitriyana* se refería a las prácticas religiosas de los aldeanos, y el *devayana* a las prácticas de los ermitaños, que vivían en los bosques. El *Brihad Aranyaka Upanishad* (2.4.11 y 4.5.12) también menciona el *ekayana*, que se distingue en la frase *vedānām vākhekāyanam*, que se traduce aproximadamente como ‘los *Vedas* son el camino directo al espíritu de la palabra’.

El uso budista de *yana* emergió del preexistente punto de vista mundial de la cultura védica. La versión pali del *Satipatthana Sutta* sirve como ejemplo del uso primordial de *yana* en un contexto budista. En este texto clásico atribuido a Sakya Muni (el Buda histórico) prescribe un número de técnicas de meditación; próximo al final del sutra, aparece la frase *ekāyano ayaṃ bhikkhave maggo*.... Este pasaje se traduce aproximadamente como ‘Esta es la vía directa a lo largo del camino de purificación’. Así, el budismo Nikaya expresó al menos algún contraste entre *yana* (*yano* en esta sintaxis pali) y *marga* (*maggo*).

Una clara distinción entre vehículo y camino aparece en los textos mahāyāna, sobre todo en el capítulo tres del *Sutra del Loto*, el cual relata una parábola de un padre que promete a sus hijos tres carros para convencerlos de que salgan de un edificio en llamas, que corresponden a los tres tipos de Buda. En la parábola, el carro de cabras representa la budeidad Sravaka; el carro de ciervos, la budeidad Pratyeka; y el carro de bueyes la budeidad Samyaksam. El sutra viene a decir que las enseñanzas de los tres vehículos son sólo significados convenientes (*upaya*); esencialmente una *mentira blanca*. Su propósito es dirigir a la gente hacia *ekayana* (el ‘único vehículo’), representado en la parábola como un carro enojado conducido por un buey blanco.

Yana ha sido usado posteriormente en un número de esquemas de las enseñanzas budistas del Mahayana, en las que hay dos, tres, cinco, seis, nueve y más vehículos.

El único yana

Como se dijo anteriormente, las ideas del «camino directo» o la «única vía» aparecen en los *Upanishads*, y se reiteran en el Canon Pali. Los textos del Mahāyāna, como el *Sutra del Loto* y el *Sutra Avatamsaka* buscaron unir todas las enseñanzas diferentes en una única gran vía. Estos textos sirven como inspiración para usar el término *ekayana* en el sentido de ‘un vehículo’. Este «único vehículo» se convirtió en un aspecto clave de las doctrinas y prácticas de la Escuela Budista del Tiantai (y su versión japonesa, Tendai-shū), y que subsecuentemente tuvo influencia en las doctrinas y prácticas del Chán (y su versión japonesa, el Zen).

Los dos yanas

Tradicionalmente, los «dos vehículos» en el budismo Mahayana son el *śrāvakayana* y el *pratyekabuddhayana*. Ambos se refieren a doctrinas y prácticas que supuestamente apuntan a alcanzar dos de los tres tipos de Buda. Los budistas Mahayana hacen sus votos para llegar al tercer tipo, llamados bodhisattvas. Por tanto, los textos budistas mahayánicos usan a veces términos como «seguidores de los dos vehículos» para referirse a los budistas que no aceptan los sutras del Mahayana.

Algunos sutras del Mahayana consideran que los dos vehículos juntos comprenden el *Hinayana* (literalmente, ‘vehículo inferior’; a veces, ‘pequeño vehículo’). Los textos modernos a veces se refieren a Mahayana e Hinayana como «dos vehículos». Pero referirse a un «vehículo inferior» podría despreciar a budistas que no consideran que los sutras Mahayana sean la palabra del Buda histórico. Más a menudo, Theravāda se refiere a muchos budistas no mahayánicos en el mundo de hoy en día. El budismo Nikaya se refiere a los budistas actuales y pasados que no aceptan los sutras Mahayana.

Los tres yanas

Los budistas Mahayana a menudo expresan dos esquemas diferentes de los tres yanas. El primero presenta tres caminos hacia la liberación que culminan en uno de los tres tipos de Buda:

- *Śrāvakayana*: El Vehículo del Oyente: Un camino que desemboca en el Śrāvaka-Buddha, quien alcanza la liberación tras escuchar las enseñanzas de un Buda Bodhisattva. Si no hay un Bodhisattva presente en el mundo, los Śrāvaka-Buddhas no pueden descubrir el dharma.
- *Pratyekayana*: El vehículo individual: Un Buda solitario (Pratyeka-Buddha) alcanza la liberación, pero no enseña a otros seres. Los budas Pratyeka no dependen de un maestro y pueden descubrir el dharma incluso si no encuentran un Bodhisattva. Suelen permanecer silentes y solitarios.
- *Bodhisattvayana*: El Buda Samyaksam logra la liberación y desea beneficiar al máximo de seres posible. Para ayudar a otros, se comprometen a permanecer en el mundo para propiciar el fin del ciclo de nacimiento y muerte.

El segundo esquema viene al uso con la aparición del Vajrayana, que creó una jerarquía de enseñanzas, siendo el Vajrayana el camino más alto. El Vajrayana a sí mismo se dividió en capas, especialmente en el Budismo Tibetano.

- Hinayana
- Mahāyāna
- Vajrayāna

Los cuatro yanas

Los budistas Mahayana en ocasiones mencionan cuatro yanas que incluyen los dos esquemas de los tres yanas:

- Sravakayana
- Pratyekayana
- Mahāyāna
- Vajrayāna

Los cinco yanas

Esta es una lista mahayánica que se encuentra en el budismo del este asiático:

- Purisayana: el vehículo humano. Este es el comienzo del camino espiritual.
- Devayana: la práctica de ética y meditación.
- Shravakayana: la práctica de la renunciación y Las Cuatro Nobles Verdades.
- Pratyekayana: práctica referida a la presenciación dependiente (*pratitya-samutpada*).
- Bodhisattvayana: práctica de las seis perfecciones.

Los seis yanas

Son los cinco yanas más el Vajrayāna. Esta clasificación se asocia con el budismo Shingon en Japón. Fue inventado por Kukai para ayudar a diferenciar las enseñanzas Vajrayana que importó de China a principios del siglo IX. Kukai quiso mostrar que las nuevas enseñanzas eran completamente nuevas.

Los nueve yanas

La escuela Nyingma de budismo tibetano tiene nueve yanas, una lista hecha por la combinación del primer tipo de los tres yanas y las seis clases de tantras.

- Shravakayana
- Pratyekayana
- Mahayana
- Vajrayana, que consiste en:
 - *Tantras externos*
 - Kryatantra
 - Upatantra (en tibetano *spyod rgyud*) ‘tantra de práctica’ y el *Ubhayatantra* (*gnyis ka'i rgyud*), ‘tantra dual’, porque practica la visión del siguiente vehículo, el Yogatantra, junto a la acción del anterior.
 - Yogatantra
 - *tantras internos*
 - Mahayoga
 - Anuyoga
 - Atiyoga (también Dzog Chen)

Los doce yanas

Otra clasificación asociada con las fuentes del Mahāyāna y el Vajrayāna:

1. Sravakayana
2. Pratyekabuddhayana
3. Bodhisattvayana
4. Kriyayoga
5. Charyayoga o Upayoga
6. Yogatantra
7. Mahayoga
8. Anuyoga
9. Atiyoga o Mahasandhiyoga; en tibetano, Dzogpa Chenpo
10. Semde
11. Longde
12. Mengagde

Enlaces externos

- Biblioteca de Sutras ^[1]

Referencias

- [1] <http://es.geocities.com/sutrasbudistas/>

Atman

En el marco de la religión hinduista, el término sánscrito *atma* significa ‘alma espiritual’.

Etimología y significado

- *ātman*, en el sistema AITS (alfabeto internacional para la transliteración del sánscrito).
 - आत्मन्, en escritura devanagari del sánscrito.
 - Pronunciación: /atmán/^[1] o /átman/.
 - Etimología:^[1]
 - *an*: ‘respirar’
 - *at*: ‘moverse’
 - *vā*: ‘soplar’
 - Traducción:^[1]
 - ‘respiración’, según el *Rig-veda* (el texto más antiguo de la India, de mediados del II milenio a. C.).
 - ‘alma’, principio de vida y sensación, según el *Rig-veda* y el *Átharva-veda*
 - naturaleza, esencia, vida, aliento, corazón, alma, mente.
 - Utilización:^[1]
 - *ātmán dhatte*: ‘lo pone en sí mismo’
 - *ātmán karoti*: ‘hace su propio’
 - *ātmanā akarot*: lo hizo él mismo’
 - *ātmanā viyuj*: ‘perder la vida de uno’, según las *Leyes de Manu* 7.46
 - *ātmānaṃ sā hanti*: ‘se golpea a sí misma’
-

- *putram ātmanaḥ spr̥ṣṭvā nipetatuḥ*: ‘ellos dos, habiendo tocado a su hijo, cayeron’, según el *Ramaiana* 2.64.28.

En la religión hinduista, *atmá* es tanto el alma individual (la energía que da vida a cada cuerpo) como el Alma suprema (Dios).

Las coberturas del alma, en el esoterismo

Según las doctrinas esotéricas de Madame Blavatsky, el *atmán* está cubierta por seis capas de materia.^[2]

Tríada superior

atmá

1) *budhi* (inteligencia)

2) *manas* (mente)

Personalidad

3) *kama-manas* (la mente deseante)

4) cuerpo astral

5) *praná* (aire inspirado)

6) cuerpo burdo o cuerpo físico.

Notas

[1] Véase la entrada *ātmán*, que se encuentra en la mitad de la primera columna de la pág. 135 (<http://www.sanskrit-lexicon.uni-koeln.de/cgi-bin/monier/serveimg.pl?file=/scans/MWScan/MWScanjpg/mw0135-Atuc.jpg>) en el *Sanskrit-English Dictionary* del sanscritólogo británico Monier Monier-Williams (1819-1899).

[2] Helena Petrovna Blavatsky (1831-1891): *Glosario teosófico* (pág. 67). Buenos Aires: Kier, 5.ª edición, 1982. ISBN 950-17-1109-9.

Samadhi

En varias tradiciones religiosas y místicas del Este de Asia, se denomina **samādhi** a un estado de conciencia de ‘meditación’, ‘contemplación’ o ‘recogimiento’ en la que el meditante siente que alcanza la unidad con lo divino.

El término *samādhi* (en alfabeto devanagari: समाधि) proviene del sánscrito *sam* o *samiak*: ‘completo’ y *ādhi*: ‘absorción [mental]’.

El objetivo último de la práctica meditativa del yoga, es el logro del *samadhi*.

El *samadhi* es un objetivo buscado tanto dentro del hinduismo como en el budismo.

Samadhi y ciencia

Al igual que otras prácticas de la tradición religiosa oriental, el *samadhi* ha atraído la atención de los estudiosos occidentales desde el siglo XIX.

Las prácticas empleadas para alcanzar el *samadhi* —como la concentración (con los ojos abiertos, pestañeando normalmente) en un *mándala*, o la repetición de un *mantra*— provocan efectos hipnóticos.^[cita requerida] El efecto de unidad cósmica que percibe el meditador podría ser el resultado de esta hipnosis.

Es muy fácil imitar la actitud y la postura de una persona en meditación profunda. No hay manera de comprobar a simple vista —sin un encefalógrafo— si una persona está realmente meditando (y menos aún si está experimentando el *samadhi*). Esto es aprovechado por algunas personas para atraer seguidores.

El samadhi en las religiones de Oriente

Diferentes tradiciones religiosas conciben el *samadhi* de manera diferente:

- Para el budismo, el *samadhi* es el descubrimiento de la propia condición de Buda.^[cita requerida]
 - También está estrechamente relacionado con la experiencia que en el budismo zen se denomina *satori*.^[cita requerida]
- Para el hinduismo, es la unidad con el Brahman (divinidad impersonal) en un trance místico.^[cita requerida]
 - Para los visnuistas, es la percepción mental en la que el meditador percibe la forma personal del dios Visnú.
 - Para los krisnáistas, es la participación del meditador en los pasatiempos (*lilá*) del dios Krisná.
- Para el jainismo, es la realización individual del espíritu.^[cita requerida]

El samadhi en la religión

Para el hinduismo, el *samadhi* es una iluminación en la que el meditante trasciende la apariencia fenoménica y se libera así del *samsara*, con el ciclo aparejado de nacimiento, muerte y reencarnación. Se lo considera así, junto con el supremo conocimiento o *gñana*, el momento del *moksa* o liberación.

Un estado en que la conciencia está tan disociada del cuerpo, que éste permanece insensible. Es un estado de éxtasis en que la mente tiene plena conciencia, aunque el cuerpo no siente, y que al volver a su ordinario estado físico, trae consigo y recuerda las experiencias pasadas en el estado superfísico. *Samadhi* es la conciencia individual activa mientras queda insensible el cuerpo. Por ejemplo, si un individuo actúa conscientemente en el plano astral, se dice que su *samadhi* está en el astral, y si su conciencia está en el plano mental, su *samadhi* está en el mental. El hombre capaz de retirarse de su cuerpo, dejándolo insensible, mientras su mente se halla en plena conciencia, puede practicar el *samadhi*.

Las prácticas devocionales (*bhakti*) hindúes más frecuentes para llegar al *samadhi* suelen ser la reiteración de mantras, yantras o la fijación de la atención en diagramas generalmente circulares (*mándalas*). Así, en diversas prácticas de origen hindú se tiende a realizar la transcendencia de lo fenoménico mediante ritos y, especialmente, a

través de la dhyana (meditación ascética).

En la práctica religiosa del budismo, el *samadhi* es el objetivo del Óctuple Sendero, así como de la liberación producida por el tantra.^[cita requerida]

Mircea Eliade, en su estudio de las religiones orientales, ha evitado traducir la palabra *samadhi* como *éxtasis*, ya que afirma que el concepto del *samadhi* implica un «ensimismamiento» por el cual el sujeto se identifica con lo real absoluto; por ello ha elaborado para vertirla el neologismo *énstasis*.^[cita requerida] De modo semejante, otro estudioso occidental del yoga, Mason Ouriel, ha traducido la palabra *samadhi* con el neologismo *isolación* ya que según su opinión el *samadhi* se logra a partir de un aislamiento (tanto «aislamiento» como el neologismo «isolación» tienen como origen la palabra italiana *isola*: 'isla') del sujeto, aislamiento que le dejaría solo con lo real absoluto.^[cita requerida]

Dos tipos de samadhi

El primer tipo es el *savikalpa samadhi*, un trance o visión o experiencia aún involuntaria, que viene inesperadamente y se va también inesperadamente, pues no se tiene todavía el control. Tras muchos años más de práctica de meditación se alcanzaría el siguiente tipo.

En el *nirvikalpa samadhi*, existe un control voluntario del estado de samadhi, pudiendo entrar y salir del mismo a voluntad, con un mínimo de meditación.

El samadhi en el yoga

Necesidad de un gurú

Los gurúes siempre aseguran que solamente se puede alcanzar el *samadhi* con la ayuda de un gurú.^[cita requerida]

La meditación

Para la meditación es necesaria la concentración en un objeto mental predeterminado.

Si una persona puede mantener su concentración en el mismo punto durante 12 segundos, ha adquirido la capacidad de la concentración. Si es capaz de mantener la concentración durante 12 veces más [o sea 12 × 12 segundos, o sea 144 segundos] adquiere la capacidad de la meditación. Y cuando consigue mantener la concentración durante 12 veces más [o sea, 12 × 144 segundos, o sea 28 minutos con 48 segundos) adquiere la capacidad del samadhi.

Shivananda, *Concentración y meditación*

En algunas escuelas de yoga, los practicantes escuchan música suave (especialmente música nueva era) para facilitar la tranquilidad de la mente y la concentración.

En cambio algunos escritores sostienen que no se puede practicar la meditación si intervienen los sentidos y el mundo exterior.

Cuatro grados de meditación

De acuerdo a su profundidad, se distinguen varios grados de meditación:^[cita requerida]

1. *janiya*, en el que la fijación es pasajera y limitada;
2. *upachara*, en el que la totalidad de los sentidos se absorben transitoriamente en el objeto;
3. *appana*, en la que la distinción entre sujeto y objeto se elimina por completo.
4. *samapatti*, la percepción de lo absoluto.

El uso de mantras y ritos

La repetición oral o mental de mantras tiene como objeto la concentración.

Meditación y hatha yoga

Se considera que el hatha yoga —las posturas que flexibilizan el cuerpo y mejoran la salud, y que practican millones de personas, solos o en grupo— tiene como objeto alcanzar el *samadhi*. Este yoga es una preparación del cuerpo para hacerlo mejor instrumento para la meditación. Pero se requiere de muchas horas de meditación efectiva para alcanzar el samadhi.

Enlaces externos

- Auriol.Free.fr^[1] (el *samadhi* en el yoga; en francés).
- DunkelYoga.com^[2] (combinación del yoga nocturno y del «tanque samadhi»).
- SriChinmoy.org^[3] (información acerca del *samadhi*).

Referencias

[1] http://auriol.free.fr/yogathera/prolegomenes/prolego_pars1.htm#samādhi

[2] <http://www.dunkelyoga.com>

[3] http://www.srichinmoy.org/espanol/espiritualidad/manual_de_meditacion/samādhi/que_es_samādhi

Barlaam y Josafat

Barlaam y Josafat es un relato medieval, muy popular en su época, que contiene una versión cristianizada de la historia de Buda muy transformada y que sirve de marco a un conjunto de *exempla* afines a los de las colecciones de origen oriental, como el *Calila e Dimna* o el *Sendebar*. Se nos ha transmitido en varios manuscritos del siglo XV que presentan rasgos lingüísticos anteriores que podrían datar del siglo XIII o del primer cuarto del XIV, pues la historia que se cuenta fue tomada como base del *Libro de los estados* (h. 1326)^[1] del infante Don Juan Manuel.

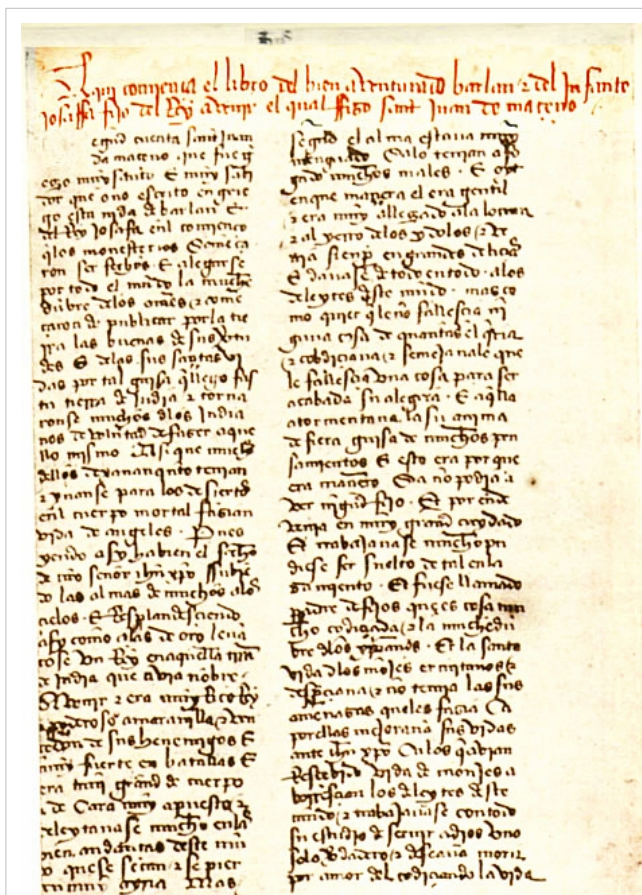
Con el nombre de *Barlaam y Josafat*, Lope de Vega escribió una obra teatral en 1611. En 1608 se había publicado un texto de Juan de Arce Solorzeno titulado *La Historia de los dos soldados de Cristo, Barlaam y Josafat*.^[2]

Orígenes y difusión

La narración tiene su origen en la historia de la conversión del príncipe hindú Siddharta Gautama en un iluminado o «buda», originada en un relato brahmánico del siglo VI a. C. en la India. El texto experimentó numerosas transformaciones a través de una versión maniquea turca del siglo III ddC y la traducción al árabe en Bagdad en el siglo VIII. Más tarde, entre los siglos VIII y IX se vertió a la lengua georgiana y griega, en la versión bizantina que dio origen a la latina de donde se difundió a todo el occidente europeo. Una traducción griega de San Eutimio del siglo X la introduce en el ámbito cristiano, añadido con materiales de la *Biblia* y los Santos Padres.

La versión griega originó dos traducciones latinas. De la primera, realizada en Constantinopla hacia 1048, arrancan dos compendios de gran popularidad: el incluido en el *Speculum historiale* (lib. XVI, cap. 1-64) de Vicente de Beauvais (1190-1264) y el de la *Leyenda dorada* (cap. 180), obra de Jacobo de la Vorágine (1230-1298). Tras estas transformaciones la obra adoptó la forma de un relato hagiográfico, hasta el punto de incluir a Barlaam, Josafat y al propio rey Avenir, padre de Josafat, en el santoral romano y en el ortodoxo.

En la Península la obra conoció versiones latinas, árabes y hebreas y también fue llevada a las lenguas romances castellana, catalana y portuguesa. En lengua castellana a los tres manuscritos conocidos (ms P 1877 Bibl. Univ. Salamanca, ms.G. 18017 Bibli. Nac. Madrid y ms. 1829 Bibl. Univ. Estrasburgo s XV) hay que sumar la traducción de ARce Soloerceno de 1608 o la de Fr. Baltasar de Santa Cruz de 1692 entre otras. En catalán véase *El príncep i el monjo d'Abraham ben Semuel ha-evi ibn Hasday*, traducción de una versión hebrea.



Página inicial del manuscrito del *Libro de Barlaam y Josafat* (Ms.

18017 Biblioteca Nacional de España)

Argumento



El argumento comienza con el nacimiento de Josafat, hijo único del rey Avenir al que ya acuciaba la carencia de heredero. Sin embargo un oráculo predice que el niño tendrá un reino más alto que el de Avenir, el de los cristianos, fe a la cual convertirá a su propio padre. Para evitarlo lo manda encerrar en un hermoso palacio, que le aislaría de todo contacto con la visión de la fealdad, vejez o enfermedad, que

lo podrían conducir hacia las enseñanzas del cristianismo. Sin embargo, en una ocasión, Josafat sale de su palacio y conocerá a un enfermo, un leproso y un anciano que le harán reflexionar sobre la caducidad de las glorias mundanas. Por último se encuentra con el ermitaño Barlaam que, por medio de cuentos ejemplares (*exempla*), le instruye en la fe cristiana y logra su conversión mediante el bautismo. A partir de entonces deberá superar las pruebas que le impondrá su padre, consistentes en disputas teológicas y tentaciones, de las que saldrá victorioso, convirtiendo incluso a sus oponentes y por fin emprendiendo una vida eremita de penitencia. La historia de la conversión de Siddharta es así cristianizada y convertida en hagiografía. A pesar de ello, quedan rasgos del origen oriental, como el marco para la inserción de cuentos, que en este caso tiene su paralelo con el encierro del héroe en un palacio del *Sendebar* para evitar los funestos augurios que su padre recibe.

Notas

- [1] Adeline Rucquoi y Hugo O. Bizzarri, «Los Espejos de Príncipes en Castilla : entre Oriente y Occidente», Cuadernos de Historia de España, v.79 n.1, Buenos Aires, ene./dic. 2005. (http://www.scielo.org.ar/scielo.php?pid=S0325-11952005000100001&script=sci_arttext)
- [2] <http://revistas.ucm.es/fll/11319062/articulos/CFCL0000220259A.PDF> http://cvc.cervantes.es/lengua/thesaurus/pdf/31/TH_31_003_009_0.pdf

Referencias

- DEYERMOND, Alan D., *Historia de la literatura española, vol. 1: La Edad Media*, Barcelona, Ariel, 2001 (1ª ed. 1973), pág. 181. ISBN 84-344-8305-X
- LACARRA, María Jesús (ed., prólogo y notas), *Cuento y novela corta en España, 1. Edad Media*, Barcelona, Crítica, 1999, col. «Páginas de Biblioteca Clásica» dir. por Francisco Rico. *Cfr.* esp. para *Barlaam y Josafat* págs. 108-110. ISBN 84-7423-907-9
- LACARRA, María Jesús y LÓPEZ ESTRADA, Francisco, *Orígenes de la prosa*, Madrid, Júcar, 1993.

Enlaces externos

- Wikimedia Commons alberga contenido multimedia sobre **Barlaam y Josafat**. Commons
- Boletín bibliográfico sobre *Barlaam y Josafat*. (<http://parnaseo.uv.es/Memorabilia/M4/bolbli3.htm>)
- Barlaam y Josafat* en «Aldea Cátara». (<http://www.iacobus.net/Es/Colaboracions.Htm>)
- Vida de Barlaam y Josafat*, obra atribuida a Juan Damasceno: texto griego (<http://www.perseus.tufts.edu/hopper/text?doc=Perseus:text:2008.01.0666>) en el Proyecto Perseus. Empleando el rótulo activo "*load*", que se halla en la parte superior derecha, se obtiene ayuda en inglés con el vocabulario griego del texto.

Anexo:Los 28 Budas

En la mayoría de los países que siguen el budismo theravāda, se acostumbra celebrar elaborados festivales en honor de los 28 budas. Se dice que éstos alcanzaron la iluminación desde los tiempos del buda Gautama y recibieron su primera profecía definitiva (la que les aseguraba que llegarían a ser budas algún día) del buda Dipankara. Para la mayor parte de las tradiciones budistas, se espera que Maitreya Bodhisattva sea el 29º buda.

Las tres etapas de Gautama

- Manopandila kala
- Vacipanidhana kala
- Kayapanidhana kala



Imagen de Buda reclinado en Wat Suthat, Tailandia, representa al líder espiritual a punto de morir.



Buda pedestre, antigua región de Gandhara, Norte de Pakistán, siglo I.

Los veintiocho budas

Nombres de los 28 budas

	Nombre en sánscrito	Nombre en pāli
1	Trṣṇaṃkara	Taḥaṃkara
2	Medhaṃkara	Medhaṃkara
3	Śaraṇaṃkara	Saraṇaṃkara
4	Dīpaṃkara	Dīpaṃkara
5	Kauṇḍinya	Koṇḍañña
6	Maṃgala	Maṃgala
7	Sumanas	Sumana
8	Raivata	Revata
9	Śobhita	Sobhita
10	Anavamadarśin	Anomadassi
11	Padma	Paduma
12	Nārada	Nārada
13	Padmottara	Padumuttara
14	Sumedha	Sumedha
15	Sujāta	Sujāta
16	Priyadarśin	Piyadassi
17	Arthadarśin	Atthadassi
18	Dharmadarśin	Dhammadassi
19	Siddhārtha	Siddhatta
20	Tiṣya	Tissa
21	Puṣya	Phussa
22	Vipaśyin	Vipassi
23	Śikhin	Sikhi
24	Viśvabhū	Vessabhū
25	Krakucchanda	Kakusandha
26	Koṇāgamana	Koṇāgamana
27	Kāśyapa	Kassapa
28	Gautama	Gotama

Vairochana

Vairóchana es un Buda reencarnación de Dharma Kaia ('cuerpo [hecho] de religión'), y que por lo tanto puede considerarse el aspecto universal del Gautama Buda histórico.

En otros idiomas se escribe:

- वैरोचन en escritura devánagari.
- বরৈচেন en escritura bengalí.
- *vairocana* según el sistema IAST de transliteración sánscrita.
- Dàrì Rúlái o (大日如來) o Piluzhenafu (毘盧遮那佛) en chino
- Dainichi Nyorai (大日如来) o Birushanabutsu (毘盧遮那仏) en japonés

Pronunciación

Se puede escuchar pronunciado de distintas maneras:

- **Vairóchana**^[1]
- **Vairochaná**^[2]
- **Vairochána**^[3]
- **Mahā Vairóchana**

Etimología

Según el *Sanskrit-English Dictionary*, *Vairóchana* proviene de *vi-róchana* 'que viene del Sol, o le pertenece al Sol'.^[4]

Vairóchana también es el nombre patronímico del rey Balí (o sea, «Balí, hijo de [el asura] Viróchana».^{[5][6]}

Descripción

En la concepción de los Cinco Budas de la sabiduría Vairóchana es el central. La estatua de Vairóchana de Nara (Nara) es la mayor representación de bronce de Vairóchana en el mundo. La mayor de las estatuas destruidas en Bamyan (Afganistán) por el gobierno talibán (religiosos islamistas) era también una representación de Vairóchana.

Vairóchana es la figura central de muchas escuelas antiguas de budismo en Japón, como el esotérico budismo shingon y el kengon. La doctrina de Vairóchana se basa profundamente en las enseñanzas del texto *Mahá vairóchana sutrā*. Además, Vairóchana se asocia a menudo con la escuela Hua-Yen de filosofía budista que alcanzó su auge durante el periodo de la Dinastía Tang. El budismo Hua-Yen enfatiza gravemente la importancia de la shuniatá (vacuidad) y dado que se considera que Vairóchana impregna toda la existencia, se le asocia con la dicha idea de vacuidad.

Vairóchana fue gradualmente sobrepasado como objeto de culto por Amitābha en Japón, pero su legado todavía se conserva en el budismo shingon y en el templo de Todaiji, que alberga una enorme estatua erigida en su honor.

Vairóchana no debe de ser confundido con Viróchana quien, de acuerdo con la doctrina budista trikaya, es el rey de los asuras.



El Daibutsu de Tōdai-ji, un templo budista Kegon en Nara (Japón).
Una representación de Vairóchana.

Doctrina

En el antiguo texto sánscrito *Rig vedá* (fines del II milenio a. C.), la palabra *vai róchana* está asociada a un sol luminoso y brillante. Por eso, en tibetano, Vairóchana recibe el nombre de Namnang, que significa ‘iluminador’.

Vairóchana a menudo es representado realizando el mudrá dhamma chakra. En sánscrito, *dharma chakrá* significa ‘rueda del dharma’. Este mudrá simboliza uno de los momentos más importantes de la vida de Buda, la ocasión en la que predicó a sus compañeros el primer sermón tras ser iluminado en Sarnath. Denota el movimiento de la rueda de la enseñanza del dharma.

Vairóchana es una idealización de esta función central de Buda como maestro, sin la que no existiría el budismo ni el camino hacia la iluminación. Mientras que Buda Amitabha representa la personificación de la compasión (equilibrada por la sabiduría), Vairóchana está considerado la personificación de la sabiduría.

Iconografía

Según el budismo, Vairóchana es la suma de los Cinco Budas Dhyani y combina sus cualidades. Por eso su color es el blanco puro, pues el blanco es la suma de todos los colores.

Además su posición, la postura del loto, está acompañada de dos grandes leones. Se dice que el león es el rey de las bestias y que cuando ruge las otras callan. El budismo traza una analogía con las enseñanzas de Buda, pues comparadas con la grandeza de la voz de Vairóchana el resto de voces del mundo se vuelven insignificantes y quedan silenciadas. Se cree que meditar acerca de Vairóchana transforma el espejismo de la ignorancia en la sabiduría predicada por el dharma. Cuando Gautama Buda giró la ruda del dharma iluminó (como un sol), los corazones de los hombres y las mujeres, que se encontraban en la penumbra de la ignorancia.

Con respecto a la *shuniatá* o vacuidad, la gran talla y el brillo de las estatuas de Vairóchana tratan de recordar al creyente que toda existencia es vacía y carece de una identidad permanente.

El emblema de Vairóchana es la rueda dorada o solar.



Otra imagen del Daibatsu de Todaiji en Nara (Japón).

Notas

- [1] Ya que según el *Sanskrit-English Dictionary* del sanscritólogo británico Monier Monier-Williams (1819-1899), Vairóchana proviene de Viróchana (con tilde en la sílaba esdrújula).
- [2] Ya que según el *Sanskrit-English Dictionary* de Monier-Williams, Rochaná (con tilde en la sílaba aguda) es la raíz de Vairóchana.
- [3] Según el *Sanskrit-English Dictionary*; Monier-Williams no le agrega ningún tilde, por lo que se deduce que desconoce su pronunciación. Si se pronunciara grave o llana (con acento en la penúltima sílaba), Monier Williams le agregaría una tilde: Vairochána.
- [4] Según el texto sánscrito *Kirata Arjunīa*, citado en el *Sanskrit-English Dictionary* de Monier-Williams.
- [5] Según los textos sánscritos *Majábharata*, *Ramaiana* y *Bhágavata puraná*, citados en el *Sanskrit-English Dictionary* de Monier Williams.
- [6] Viróchana significa ‘brillante, que brilla, que ilumina’ y es un nombre del Sol, del dios del Sol, del dios Vishnú, de la luna, o del fuego

Referencias

- Cook, Francis H.: *Hua-Yen buddhism: the jewel net of Indra*. Pensilvania: Pennsylvania State University Press, 1977.

Enlaces externos

- Trikaya.es (<http://www.trikaya.es/>) (trikaia ['tres cuerpos'] del Lama Kunsal Kassapa).
- ExoticIndiaArt.com (<http://www.exoticindiaart.com/article/dhyanibuddhas>) (Los cinco Budas meditabundos; en inglés).

Manjushri

Manjushri es un Bodhisattva, figura del budismo mahāyāna que ha alcanzado el estado de iluminación pero pospone su ingreso en el nirvana, para ayudar a los demás a progresar en esa vía.

Manjushri fue un discípulo real del Buda Gautama. Como en casi toda la literatura sobre la vida del Buda viviente, la figura de Manjusri mezcla aspectos reales con otros legendarios. En la religiosidad popular mahāyāna, los bodhisattvas son objeto de gran devoción, en alguna forma similar a lo que sucede con el culto de los santos en la iglesia católica.

Representación

Manjushri se representa como un joven sentado en la posición del loto, con una espada en una mano y un libro en la otra. La espada simboliza la sabiduría que permite al creyente cortar las ataduras con el mundo engañoso que nos muestran los sentidos. El libro es el Prajnaparamita ("Perfección de la sabiduría"), uno de los textos más influyentes de la doctrina mahāyāna

Enlaces externos

- The Prajnaparamita Literature ^[1] Prajnaparamita en inglés.
- Buddha-marga, Camino del Buddha ^[2]

Referencias

[1] <http://users.rcn.com/dante.interport/prajna.html>

[2] http://www.geocities.jp/buddha_marga/

Guan Yin

Guanyin (觀音, pinyin guānyīn, Wade-Giles: kuan¹-yin¹) es el nombre dado en China a Avalokiteśvara bodhisattva venerado en el budismo.

El valor asociado a este bodhisattva es la Compasión. El nombre Guān Yīn es una contracción de Guān Shì Yīn (觀世音, pinyin: guān shì yīn, Wade-Giles: kuan shi yin) que significa "quien oye los lamentos del mundo".



Kuan Yin.

En occidente suele ser erróneamente conocida como la "*Diosa*" de la misericordia, pues suele confundirse a los buddhas y bodhisattvas con dioses. En la mitología taoísta, donde se dan otras historias sobre su origen que no están directamente relacionadas con Avalokiteśvara, es conocida como *Ci Hang Zhen Ren* y es considerada un inmortal.

El primer monje budista que se refirió en femenino a Guanyin fue Kumarajiva, al traducir al chino el Sutra del Loto en el 406 d. C. En su traducción, siete de las treinta y tres apariciones del Bodhisattva son de género femenino. Con la introducción del Budismo Tántrico o Vajrayāna en China durante la dinastía Tang, siglo VIII, fue creciendo en popularidad la representación de Avalokiteśvara como una hermosa figura de rasgos femeninos con vestidos blancos.



Guan yin 100

Guan Yin ha hecho voto de no entrar en los reinos celestiales hasta que todos los seres vivientes hayan completado su proceso de iluminación y se liberen del ciclo de nacimiento, muerte y reencarnación (samsara).

En la devoción popular, Guanyin rescata a quienes acudan a ella en momentos de dificultad, sobre todo ante los peligros producidos por el agua, el fuego o las armas. La Bodhisattva comprende los sentimientos de temor y responde a las peticiones de ayuda con su Compasión. Como Madre Misericordiosa, oye las peticiones de quienes desean tener hijos. Así mismo el Movimiento Mahakaruna (La Gran Compasión), ha dado a conocer las "108 Glorias de Guanyin", promulgadas por S.G. Devadip Baghwan Singh, como una eficaz oración transformadora.

En Occidente muchas son los que asocian la figura de Guanyin con las de las diosas madres protectoras de otras religiones, tales como la Virgen María en el Cristianismo, Isis en el antiguo Egipto, Tārā en el Budismo Tibetano y Śakti, Pārvatī, Sītā o Radha en el Hinduismo.

En Oriente son numerosos los templos y estatuas dedicados a este Bodhisattva.



Bodhisattva Kannon.

Nombres de Kuan Yin	
Chino simplificado:	观音, 观世音
Chino tradicional:	觀音, 觀世音
Pinyin:	Guān Yīn, Guānshì Yīn
Wade-Giles:	Kuan In, Kuan-shih In
Cantonés:	Kwun Yum, Koon Yam
Hakka:	Kwan Yim
Taiwanés:	Koan-im, Koan-sè-im
Dialecto de Shanghai:	Kuoe'in, Kuezy'in
Japonés (Kanji):	観音, 観世音
Japonés (Rōmaji):	Kannon, Kanzeon
Coreano (Hangul):	관음, 관세음
Coreano (Romanización):	Gwan-eum, Gwan-se-eum
Vietnamita:	Quan Âm, Quan Thế Âm

Enlaces externos

- Wikimedia Commons alberga contenido multimedia sobre **Guan Yin**Commons.
- Kuan-Yin, la diosa de la misericordia ^[1]
- Imágenes e impresiones de viaje ^[2]

Referencias

[1] <http://www.roc-taiwan.org.ve/press/20010531/2001053102.html>

[2] <http://www.scribd.com/doc/16291238/Ruta-de-La-Seda-3-Dunhuang-J93>

Bhaisajyaguru

En el marco del budismo, **Bhaiṣajyaguru** es el «Buda de la Medicina» o el «maestro de la Medicina».

En ciertas formas de budismo Mahāyāna representa el aspecto curativo del buda histórico Sakyamuni. Algunos budistas consideran los mantras de medicina de este buda muy poderosos y eficaces para curar heridas físicas igual que para purificar karma negativo.

Iconografía

En la iconografía tradicional, Bhaisajyaguru suele ser representado como un buda de color azul, que deriva del lapis lázuli, piedra azul con diminutas vetas doradas asociada desde tiempos inmemoriales con la sanación de los enfermos, probablemente desde el tiempo de la civilización sumeria pudiendo estar asociada con la leyenda de la diosa Inanna (Ishtar), quien desciende al infierno para resucitar a su hermano amante y retorna posteriormente. Según la leyenda, Inanna llevaba consigo un collar de lapis lázuli que la protegió contra todos los peligros en su travesía por el Otro Mundo y le permitió tomar los siete poderes de la curación.

Según la tradición mahayana, existen una infinidad de budas, bodhisattvas y otras deidades menores y todos ellos representan los diversos aspectos de la naturaleza absoluta de Buda, como la compasión, el poder o la vacuidad. En este aspecto, el Buda de la Medicina recoge el aspecto de la sanación de los enfermos.



Bhaiṣayia Guru.

Historia

Cuando Bhaisajyaguru alcanzó la iluminación, descubrió que existen tres venenos que obstaculizan la realización de nuestro verdadero potencial: la ignorancia, el apego y la agresión. Estas tres condiciones enturbian nuestro pensamiento y nublan nuestra vista, por lo tanto, no logramos comprender la realidad de lo que ocurre en nuestro entorno ni logramos descubrir los verdaderos recursos que tenemos en nuestras manos.

En los templos budistas chinos que pertenecen a la Escuela de la Tierra Pura, encontramos en el altar principal tres budas sentados de derecha a izquierda en el siguiente orden: Bhaisajyaguru o Buda de la Medicina, Sakyamuni o Buda Histórico y Amithaba o Buda de la Tierra Pura. Entre ellos, Bhaisajyaguru es el Buda de la Tierra Pura Oriental.

En chino, también se conoce informalmente a Bhaisajyaguru como el "Buda que concede longevidad y mitiga el sufrimiento". Se puede distinguir la estatua de Bhaisajyaguru por el tazón que lleva en su mano izquierda.

Cuando el budismo mahayana se expandió desde China hacia Corea, Japón y países del Sudeste Asiático, se benefició la salud pública en general de estos pueblos ya que en los monasterios budistas, o a través de los esfuerzos de los monjes, pronto aparecieron hospitales, centros para leprosos y dispensarios populares. Bajo el patrocinio abierto de la religión, tales instituciones no tuvieron mayores dificultades en obtener fondos, debido a que las enseñanzas de los monjes instaban a los devotos a hacer generosas contribuciones para demostrar su espíritu de compasión hacia el prójimo.

En realidad, la devoción hacia Bhaisajyaguru está más orientada a su poder como dispensador de la medicina espiritual, que dentro de la filosofía budista, ayudando a los otros tratamientos para recobrar la salud. Esta noción está muy relacionada con los principios que rigen en el *Āyur-veda* (sistema tradicional de la medicina india), que contempla la curación como un proceso que cubre los campos físico, psicológico y espiritual del paciente.

El *Bhaiṣhyiarash sūtra* (*Bhaiṣajya-rāja-sūtra*: 'aforismos del rey de la Medicina') fue traducido al idioma chino durante la dinastía Jīn Oriental (317-420), con una completa relación de la deidad, su Paraíso y sus Doce Grandes Promesas. Posteriormente, el maestro tripitaka Xuānzàng, el monje de la dinastía Táng (618-907) que fue inmortalizado en la famosa obra literaria *Viaje a Occidente*, volvió a traducir el sutra con un contenido más adaptado a las costumbres chinas, lo que hizo fue adquiriese mayor popularidad. Esta versión más reciente se denomina Sutra del Maestro de la Curación (*Bhaisajyaguru Vaidurya Prabhasa Tathagata*), y es uno de los libros sagrados del budismo más ampliamente leído en el día de hoy.

Bhaisajyaguru es posiblemente el mejor ejemplo de la fusión de la medicina y la religión en el budismo. Hay que tener en cuenta que los mayores filósofos y santos del budismo mahayana eran, al mismo tiempo, grandes médicos que escribieron importantes tratados de medicina.

Por otro lado, dentro de la tradición del budismo tibetano, todos los conocimientos médicos tienen un origen sagrado y se les pueden atribuir a la sabiduría de los Bodhisattvas. Esto difiere mucho de la tradición occidental basada en el legado de Hipócrates.

Sin embargo, el Buda de la Medicina no es venerado solamente debido a sus poderes curativos. En vez, se procura que Bhaisajyaguru se convierta en el ideal de la naturaleza de Buda que debemos aspirar a alcanzar cada uno de nosotros. Se trata de una iluminación que puede ayudar a liberar al ser humano del sufrimiento físico y mental, y una forma de alcanzarla es a través de la meditación en torno al Buda de la Medicina, de manera que se pueda generar una enorme energía curativa para uno mismo y para la curación de los otros.

A pesar de su gran popularidad, son muy escasos los templos exclusivamente dedicados a Bhaisajyaguru o Buda de la Medicina. Los fieles que desean adorarlo deben generalmente recurrir a un templo donde se encuentre su imagen.

Otros nombres

- Su nombre más formal es Bhaīśhayia Gurú Vaiduria Prabhá (bhaīśajya-guru-vaiḍūrya-prabhā), en sánscrito.
- 藥師佛／药师
- Yàoshī en chino
- Yakushi en japonés
- 药师琉璃光如来 [Yakushirurikō nyorai] en japonés
- Etimología: en sánscrito *bhaīśhayia*: ‘curación, medicamento, ceremonia curativa’; *gurú*: ‘maestro’,

Bhaisajyaguru es conocido en chino como Yaoshi-fo, que literalmente quiere decir *Buda Maestro en Medicina*. En Japón, se le denomina *Yakushi*; mientras que los tibetanos lo invocan con el nombre de *Sangye Menla*. Según la tradición popular, la recitación del Sutra del Buda de la Medicina, o la simple mención de su sagrado nombre es beneficioso para la salud.


Enlaces externos

- Buddha-marga ^[1], el camino del Buda

Referencias

[1] http://www.geocities.jp/buddha_marga

Amitābha

Amitabha	
	
Amitabha Buddha representado en Ushiku Daibutsu en Japan	
Sánscrito	अमिताभ Amitābha, Amitāyus
Chino	阿彌陀佛(T) / 阿弥陀佛(S) Pinyin: Āmítuó Fó Wade-Giles: A-mi-t'uo Fo
Japonés	阿弥陀仏 Amida Butsu
coreano	아미타불 A-mi-ta Bul
Mongol	ᠠᠮᠢᠳᠠᠪᠠ ᠪᠤᠳᠤ ᠪᠤᠳᠤᠰᠤ Цаглашгүй гэрэлт Tsaglası ügei gereltu Одбагмэд <i>Odbagmed</i> Аминдаваа <i>Amindavaa</i> Аюуш <i>Ayush</i>
Tibetano	འུཤ་པ་མེ <i>od dpag med</i> Ö-pa-me

Vietnamita	A-di-dà Phật
Información	
Venerado por	Mahayana, Vajrayana
Atributos	Luz Infinita o Luminosidad Inconmensurable
Shakti	Pandara

Amitābha (Sánscrito: अमिताभ, *Amitābha* (raíz); pronunciación: [ə.mɪ.ʈaː.bʰə]; Chino: 阿彌陀佛, *Āmítuó Fó*; Tibetano: ཨ་མི་ཏཱ་བ་པེ, *Ö-pa-me*) es un buda celestial descrito en las escrituras de la escuela del Budismo Mahāyāna. Amitabha es el buda más importante de la secta de la Tierra Pura, una rama del budismo que se practica principalmente en el Este de Asia. De acuerdo con los escritos, Amitābha posee infinitos méritos como resultado de sus buenas acciones en incontables vidas pasadas como un bodhisattva llamado **Dharmakara**. Más directamente, el término "Buda Amitabha" se traduce simplemente como "Luz Infinita Completamente Consciente". Es el Buda representante de la suprema mente de todos los Budas.

Doctrina

De acuerdo con el Sutra de la Vida Infinita, Amitābha fue, en tiempos muy remotos y posiblemente en otro mundo, un monje llamado Dharmakāra. En algunas versiones del sutra, se describe a Dharmakāra como un antiguo rey que, habiendo tenido contacto con las enseñanzas budistas gracias al buda Lokeshvararaja, renunció a su trono. Entonces decidió convertirse en un buda y así llegar a tomar posesión de un *buddhakṣetra* (un mundo existente en un universo primordial fuera del tiempo-espacio, producido por el mérito de un buda) de muchas perfecciones. Estas resoluciones están expresadas en sus cuarenta y ocho votos, que delinearon el tipo de buddhakṣetra que Dharmakāra buscaba crear, las condiciones bajo las cuales nacerían los seres en ese mundo, y qué clase de seres serían al renacer ahí.

En las versiones del sutra mejor conocidas en China, Vietnam, Korea y Japón, el décimo octavo voto de Dharmakāra era que cualquier ser en cualquier universo que deseara nacer en la Tierra Pura de Amitābha y llamara su nombre tan sólo diez veces, tendría garantizado el nacimiento en ese lugar. Su décimo noveno voto prometía que él, junto con sus bodhisattvas y otros budistas benditos, aparecerían ante aquellos que lo llamaran en el momento de la muerte. Esta apertura y aceptación de todo tipo de personas han convertido a la creencia de la Tierra Pura en una de las mayores influencias del Budismo Mahāyāna. Se cree que Budismo de la Tierra Pura comenzó a ganar popularidad al norte de la India/Pakistán y Afganistán, desde donde se esparció por Asia central y China, y desde ahí hasta Vietnam, Korea y Japón.

El sutra también explica que Amitābha, después de haber acumulado un gran mérito a través de innumerables vidas, finalmente llegó a la budeidad y aún ahora vive en su tierra de Sukhāvatī, cuyas muchas virtudes se describen.

Las doctrinas básicas que hablan de Amitābha y sus votos se encuentran en tres textos canónicos del Mahāyāna:

- El Sūtra Sukhāvatīvyūha Mayor
- El Sūtra Sukhāvatīvyūha Menor
- El Sūtra Amitāyurdhyāna (Sutra sobre la meditación sobre Amitāyus).

A través de sus esfuerzos, Amitābha creó la "Tierra Pura" (淨土, Chino: jìngtǔ; Japonés: jōdo; Vietnamita: tịnh độ) llamada *Sukhāvatī* (Sánscrito: "que tiene felicidad"). Sukhāvatī se encuentra en el extremo occidente, más allá de las fronteras de nuestro mundo. Con el poder de sus votos, Amitābha hizo posible que todo aquel que lo llamara pudiera renacer en su tierra, para ahí recibir su instrucción en el dharma y finalmente convertirse en bodhisattva y a su vez en buda (la finalidad máxima del Budismo Mahāyāna). Entonces, estos mismos bodhisattvas y budas regresarían a nuestro mundo para, a su turno ayudar a más personas.

Amitabha en el Budismo Vajrayana

A Amitābha también se le conoce en el Tíbet, en Mongolia, y en otras regiones donde se practica el Budismo Tibetano. En la clase Suprema del Tantra Yoga del Vajrayana tibetano, se considera a Amitābha como uno de los Cinco Dhyāni Budas (junto con Akṣobhya, Amoghasiddhi, Ratnasambhava, y Vairocana), y está asociado con el oeste y el skandha de *saṃjñā*, el agregado de la distinción (el reconocer) y la profunda consciencia de las individualidades. Su reino se llama Sukhāvātī (en Sánscrito) o Dewachen (en tibetano). Al igual que el buda Shakyamuni, Amitābha tuvo dos discípulos principales, los bodhisattvas Vajrapani, a su izquierda, y Avalokiteshvara, a su derecha. En el budismo tibetano, existen muchas oraciones famosas para reencarnar en Sukhāvātī. Una de ellas fue escrita por Je Tsongkhapa a petición de Manjushri, que se le apareció en repetidas visiones.

Se considera que los Lamas Panchen y Shamarpas tibetanos son reencarnaciones de Amitābha.

Se le invoca frecuentemente en el Tíbet ya sea como el buda *Amitābha* (especialmente en las prácticas del Powa), o como *Amitāyus* (especialmente en prácticas relacionadas con la longevidad y para prevenir una muerte anticipada).

En el Vajrayana japonés, o budismo Shingon, Amitābha es visto como una de las trece deidades budistas a las que los practicantes rinden tributo. El Shingon, al igual que el Budismo Tibetano, también utiliza mantras especiales para Amitābha, aunque a menudo son diferentes entre las dos religiones. Amitābha también aparece en el Mandala del Reino Uterino usado en prácticas Shingon, y se ubica en el oeste, que es donde se supone que se encuentra la Tierra Pura de Amitābha.

Mantras


Amitābha es el corazón de varios mantras en las prácticas del Budismo Vajrayana. La forma hindú del mantra de Amitābha es *oṃ amitābha hrīḥ*, que se pronuncia en su versión tibetana como *Om ami dhewa hri*. El mantra en el Budismo Shingon es *On amirita teizei kara un*, que representa la forma hindú en la que está basado, *oṃ amṛta-teje hara hūṃ*.

Además de los mantras anteriores, muchas escuelas budistas evocan a Amitābha en la práctica conocida como 'nianfo' en Chino y 'nembutsu' en japonés.

Otros nombres

Amitābha se escribe en sánscrito: अमिताभः, *Amitābhaḥ*; en chino: 阿彌陀佛, *Ēmítuó Fó*; en japonés: 阿彌陀如来, *Amida Nyorai*; en vietnamita: 阿彌陀佛, *A Di Đà Phật*; ॐॐॐॐॐॐॐॐॐ y en mongol: *Caγlasi ügei gerel-tü*.

Enlaces externos

-  Wikimedia Commons alberga contenido multimedia sobre **Amitābha**. Commons
- Sutra de Amitabha ^[1]
- S.S. Shamar Rinpoche: Enseñanzas sobre la tierra pura de Buddha Amitabha ^[2]
- Casa Tibet México: Sobre Amitabha y Dewachen ^[3]

Referencias

- [1] http://sambodhi.iespana.es/nuevos/sukhavati_vyuha_sutra_amitabha.pdf
- [2] http://www.chenrezy.net/castellano/enseñanzas/Shamar/shamar2/14sham_e11.html
- [3] http://www.casatibet.org.mx/index.php?option=com_content&task=view&id=62&Itemid=120

Adi-Buda

En el budismo mahāyāna, el **Adi-Buda** representa el "*Buda primigenio*". El término hace referencia al buda que se origina o emana de sí mismo antes de que nada existiera. Samantabhadra y Vajradhara son Adi-Buddha.

Está relacionado con las deidades hindúes Adi Natha (*Dios principal*) y Swaiaam-bhú (*Dios automanifestado*).^[*cita requerida*]

Nombres

- En chino, Adi Buddha es nombrado como Pen-Chu-Fo ('primer Buda') o Seng-Chu-Fo (*señor progenitor*).
- En tibetano se llama Don Pohi-Sans-Ragyas, que quiere decir *Buda de los Budas* o *Machog-Gi-Don Pohi Sansa-Ragyas*, es decir *El primer Buda auto-manifiesto*.



Samantabhadra, buda principal de la escuela Nyingma con su consorte Samantabhadri.

Culto

Hay quienes consideran que las enseñanzas del Buda Gautama son ateas, si bien sus Cuatro Nobles Verdades y su Noble Óctuple Sendero evidencian un conocimiento profundo de la Realidad y mal puede ser atea una doctrina que postula el desarrollo espiritual como sendero de perfeccionamiento y liberación. El culto mahāyāna brindará enseñanzas cosmogónicas mediante la figura de Adi Buda. De acuerdo con este grupo, Adi Buda es la causa de la creación, el trueno y el vacío. Es descrito como omnipresente, omnipotente y omnisciente. Se cree que el concepto de Adi Buda se originó en Bengala, desde donde se diseminó hacia otras partes de la India, Nepal y el Tíbet.


Algunas cosmogonías budistas describen como Adi-Buda creó a

- Avalokiteshvar,
- Maheshvar,
- Brahmā (el dios creador en el hinduismo),
- Narayan (o Vishnú),
- la diosa Sārasuati,
- la luna,
- el sol,
- el viento,
- la tierra y
- los océanos.

Templo

El templo principal que está situado sobre el monte Swayambhu, cerca de Katmandú (capital de Nepal), ha sido consagrado a Adi Buda.

Tara (budismo)

-  Portal: Budismo. Contenido relacionado con **Budismo**.

Tara ('estrella' en sánscrito) es una buda típicamente asociada con la práctica del budismo tántrico en la forma en que ha sido preservado en el budismo tibetano.

Otros nombres

- **Aria Tara** (Ārya Tārā).
- **Jetsun Dölma** en tibetano
- **Duoluo** (多羅) o **Dumu** (度母) en chino

Ella es la «madre de la liberación» y representa las virtudes del éxito en el trabajo y en las hazañas. Tara es una deidad tántrica cuya práctica es usada por los practicantes de la rama tibetana del vasraiana para desarrollar ciertas cualidades interiores y comprender lo exterior, lo interior y enseñanzas secretas sobre la compasión y el vacío. Tara no aparece en la rama japonesa del budismo vasraiana, el Shingon.

Tara es en realidad un nombre genérico para una serie de budas o *bodhisattvas* de aspecto similar. Pueden ser comprendidas como diferentes aspectos de una misma cualidad, del modo en que los *bodhisattvas* son a menudo considerados como la metáfora de una virtud budista.

Las formas de Tara más ampliamente conocidas son:

- Tara la Verde, conocida como la Buda de la actividad iluminada y superación de obstáculos, superar obstáculos durante la meditación o en la vida, es la más valorada junto con la Tara Blanca.
- Tara la Blanca: conocida por la compasión, la larga vida, la sanación y la serenidad; también como *chinta-chakra* (rueda que cumple los deseos).
- Tara la Roja (Kurukula): o aspecto violento, asociado con atraer a todas las cosas buenas
- Tara la Negra: asociada con el poder
- Tara la Amarilla: asociada con la riqueza y la prosperidad
- Tara la Azul o Ekajati: asociada con transmutación de la ira
- Chintamani Tara: una forma de Tara ampliamente practicada en el nivel alto del Tantra Yoga en la escuela Gelug del budismo tibetano, retratada verde y a menudo fundida con Tara la Verde
- Khadiravani Tara (Tara del bosque de teca): quien se apareció a Naga Aryuna en la selva Khadiravani del sur de la India y quien es a veces referida como la "Vigésima Segunda Tara".

En algunas escuelas budistas se reconoce a 21 Taras. Una texto de práctica titulado como *En alabanza de las 21 Taras*, se recita durante las mañanas en todas las cuatro sectas del budismo tibetano.



Ilustración Thangka tibetana del siglo XVIII de Tara Samaya Yogini con las Taras negra, roja, blanca y amarilla a los lados. La obra está en el Museo Rubín, Nueva York.

El mantra principal de Tara es *om tāre tuttāre ture svāhā* (en sánscrito) u *om tāre tu tāre ture soha* (en palí, como lo pronuncian por los tibetanos y budistas que siguen las tradiciones tibetanas).

Surgimiento de Tara como deidad budista

Dentro del budismo tibetano **Tara** es considerada como una buda de compasión y de acción. Es el aspecto femenino de Avalokitésvara (Chenrezig) y en algunas historias sobre su origen ella habría venido de las lágrimas de aquél. Tara es también conocida como una salvadora, como una divinidad celeste que escucha los lamentos de los seres que experimentan la miseria en el *samsara*. La figura de Tara proviene del hinduismo, donde la *devi* Tara, fue una dentro un sinnúmero de figuras de la diosa madre al lado de Sárasvatī, Lakshmī, Parvatī, y Sakti. En el siglo VI, durante la era del Imperio Pala, Tara fue adoptada en el panteón budista como una importante *bodhisattva*.

No es mera coincidencia que fuera introducida pocos siglos después de la aparición del Prajñāpāramitā Sūtra en lo que llegaría a ser el budismo mahāyāna de la India. Parecería que el principio femenino hizo su primera aparición en el budismo como la "madre de la perfecta sabiduría" y más tarde Tara llegó a ser vista como una expresión de la sabiduría de la perfecta compasión. Sin embargo, en ocasiones Tara es también conocida como la "madre de los budas", lo cual normalmente se refiere a la sabiduría iluminada de los budas, luego al aproximarse a las divinidades budistas, se debe aprender a no imponer márgenes totalmente estricto acerca de lo que una deidad cubre, como opuesta a otra deidad.

Todas ellas pueden ser vistas como expresiones del juego de las energías de forma manifestada danzando fuera de la vasta vacuidad. Sea como sea, Tara comenzó a ser asociada con las cualidades maternas de compasión y la misericordia. Indubablemente para la gente común que era budista en la India de ese tiempo, Tara era una deidad más próxima. Los ojos de una divinidad que representa la sabiduría como vacío es una cosa concreta para contemplar. Quizá sea más fácil alabar a una diosa cuyos ojos miran hacia afuera con compasión infinita y que tiene una dulce sonrisa. Tara entonces se volvió muy popular como objeto de veneración y llegó a ser integrada en la práctica del *tantra* alrededor el siglo VII. Con el movimiento e influencia del budismo índico en el Tíbet, la veneración y prácticas de Tara se incorporaron al budismo tibetano. Independientemente de si se la clasifica como deidad, buda o *bodhisattva*, Tara se mantiene muy popular en el Tíbet y Mongolia.

Otra razón para su popularidad fue que Tara se convirtiera en una divinidad budista que podía ser invocada directamente por los laicos, sin necesidad o intervención de un lama o monje.

Así, como Tara fue aceptada dentro de los rangos de los bodhisattvas budistas, ella llegó a ser popular tanto para la gente común, como una a la cual invocar en la vida cotidiana; como para los monjes, como una entrada a la comprensión de la compasión y la misericordia como parte del camino de evolución personal dentro del budismo. (Véase también Guānyīn, el aspecto femenino de Avalokiteśvara en el budismo chino).

Tara como salvadora

Tara también encarna muchas de las cualidades del principio femenino. Por ello se la conoce como la Madre de la Misericordia y la Compasión. Ella es la fuente, el aspecto femenino del universo, lo cual da nacimiento a la cordialidad, la compasión y alivio del mal *karma* que es experimentado por los seres comunes durante su existencia cíclica.

Engendra, nutre, sonrío a la vitalidad de la creación, y tiene empatía por todos los seres como una madre lo hace por sus hijos. Como Tara la Verde ofrece socorro y protección de todas las circunstancias desafortunadas que se pueden encontrar en el mundo *samsárico*. Como Tara la Blanca expresa la compasión maternal y ofrece sanación a los seres que están heridos o dañados, sea física o psicológicamente. Como Tara la Roja enseña la conciencia que discrimina acerca de los fenómenos creados y cómo transformar el deseo crudo en compasión y amor. Como Tara la Azul (Ekayati) llega a ser una protectora en el linaje Nyingma, que expresa una energía femenina feroz e iracunda, cuya invocación destruye todos los obstáculos dhármicos y engendra buena suerte y promueve el despertar espiritual.^[1]

Tara como divinidad tántrica

Tara como divinidad tántrica del yoga puede ser rastreada hasta el período de Padmasambhava. Hubo una práctica de Tara la Roja que fue dada por Padmasambhava a Yeshe Tsogyal. Él le pidió a ella que lo ocultara como tesoro. No fue hasta este siglo que un gran *lama nyingma*, Apong Tertön lo redescubrió. Este lama se reencarnó como Su Santidad Sakya Trizin, actual líder de la secta Sakyapa. Un monje que había conocido a Apong Tertön logró retransmitirlo a Su Santidad Sakya Trizin, y el mismo monje también se lo dio a Chagdud Tulku Rinpoché, quien lo difundió a sus discípulos occidentales.

Sadhanas de Tara

Las sádhana (prácticas espirituales) en donde Tara es el yidam (deidad de meditación) pueden ser extensas o más bastante breves. La mayoría de ellas incluyen algún tipo de plegaria u homenaje para invocar su presencia y oraciones de toma de refugio. Luego se canta su mantra, seguido de una visualización de ella, ya sea en su forma o como una luz del color correspondiente. Luego más mantra y la visualización se disuelve. A esto le sigue la dedicación de los méritos obtenidos por la práctica a todos los seres sintientes. Adicionalmente pueden haber plegarias de aspiraciones y de larga vida para el Lama que originó la práctica. Muchas de las sadhanas de Tara son consideradas como prácticas iniciales en el mundo del budismo vasraiana, sin embargo lo que ocurre durante la visualización de la deidad realmente invoca algunas de las más sublimes enseñanzas del budismo.

En estos casos, durante la fase de creación de Tara como Yidam, ella es vista con tanta realidad como cualquier otro fenómeno percibido por la mente. Por medio de la recitación del mantra y la visualización de su forma en frente o en sobre la cabeza del adepto, uno se abre a sus energías de compasión y sabiduría. Después de un período el practicante comparte algunas de estas cualidades, se vuelve imbuido con su ser y todo lo que representa. Al mismo tiempo todo esto es visto como emanando de la vacuidad y teniendo una cualidad traslucida como un arco iris. Entonces, muchas veces hay una visualización de uno mismo como Tara. Uno simultáneamente se vuelve inseparable de todas sus buenas cualidades mientras, al mismo tiempo, dándose cuenta de la vacuidad de uno mismo como el Yidam y de uno mismo como "yo" ordinario.

Esto ocurre en la parte final de la práctica. Uno disuelve la forma creada de a deidad y al mismo tiempo se da cuenta de cuanto de lo que uno mismo considera como "Yo" es una creación de la propia mente y carece de existencia inherente de largo plazo. Esta parte de la práctica está preparando al practicante para ser capaz de confrontar la disolución de uno mismo durante la muerte y para ser capaz de acercarse a través de varias etapas de la meditación a la Vacuidad, la realización de la verdad última como un vasto despliegue del vacío y la luz.

Al mismo tiempo la recitación del mantra ha estado invocando la energía de Tara a través de su "sonido semilla" sánscrito purificando y activando ciertos centros psíquicos en el cuerpo (chakras). Esto desata los nudos de energía psíquica que ataban al practicante impidiéndole desarrollar un cuerpo *vasra*, el cual es necesario para ser capaz de progresar a prácticas más avanzadas y a estados más profundos de realización.

Entonces aun en una simple sadhana de Tara están tomando lugar una serie de eventos invisibles, tanto internos como externos y existen muchos trabajos como *Yoga divino* (del Dalái Lama), los cuales exploran todas las ramificaciones del trabajo con un yidam en las prácticas tántricas.

Los resultados de hacer tales prácticas de Tara son muchos. Uno de ellos es reducir las fuerzas de la ilusión en la forma de karma negativo, enfermedad, aflicciones por klesha ('dolores') y otros obstáculos y oscuridades. El mantra ayuda a generar mentalidad búdica (*bodhi chita*) en el corazón del practicante y purifica los canales psíquicos (*nadis*) en el cuerpo permitiendo una expresión más natural de generosidad y compasión que fluye desde el centro del corazón. Experimentando la forma perfecta de Tara uno se hace consciente de su propia forma perfecta, o sea de la intrínseca naturaleza de Buda la cual esta tapada por oscuridades y nuestra inclinación a ver los fenómenos dualísticos como verdaderos y permanentes.

Tal como Chagdud Tulku Rinpoché escribió en su "Introducción a la sadhana de Tara Roja":

Tara es la expresión impecable de la inseparabilidad del vacío, conciencia y compasión. Tal como nos miramos en un espejo para ver nuestra cara, la meditación en Tara es un medio de ver el verdadero rostro de nuestra mente libre de cualquier rastro de ilusión.

Chagdud Tulku Rinpoché

Plegarias a Tara

Hay muchas plegarias que se pueden recitar para invocar a Tara, algunos ejemplos son:

Noble Tara, te suplico, tanto a ti como a tu séquito,
que te acuerdes con amor de tu promesa del pasado
y liberes mis miedos y los de todos los seres.
Disipa la mentalidad oscura ante las adversidades.
Que puedan florecer las circunstancias armoniosas
y que nos concedas los *sidhis* ['poderes mentales'] ordinario y supremo.
om tare tu tare ture sojá.

Tara Kwan Yin

Tara Kwan Yin es una de las budas femeninas más reconocidas por su compasión. Según sus seguidores, Tara Kwan Yin alcanzó el estado de iluminación o estado búdico y renunció a ello para permanecer cerca de los seres humanos y ayudarles a sanar su alma. Así nace el reiki (linaje Kun-Li). Este linaje de reiki reconoce a Tara Kwan Yin como su directora espiritual.

El mantra para invocar el poder sanador de Tara Kwan Yin es: *om tare tutare ture suajá*. Dicho mantra es compartido con las veintiún Taras conocidas en todo el Tíbet, pues se cree que son diferentes manifestaciones de una misma deidad.

Notas

[1] Beyer, 1978.

Śakra

Śakra (en sánscrito) o **Sakka** (en idioma palí) es el gobernante del Paraíso budista Trāyastriṃśa. Su nombre completo es Śakra Devānām Indraḥ (en sánscrito) o **Sakko Devānaṃ Indo** (en palí), que significa 'Shakra, Señor de los Devas'^[1] 帝释 en chino simplificado - usando Dìshì).

- **Śakra** en letra AITS (alfabeto internacional de transliteración del sánscrito)
- **Sakka** en idioma palí)

En los textos budistas, Śakra es un nombre propio y no un epíteto de esta deidad; además, **Indra** en sánscrito e **Inda** en palí son a veces usados como epítetos para Śakra com "señor". En la tradición china, es usualmente comparado con el emperador de Jade taoísta (Yùhuáng dàdì 玉皇大帝 simplificado en Yùhuáng como: 玉皇), llamado generalmente el Antiguo Señor del Cielo (Lǎotiān yé 老天爷) y cuyo cumpleaños es celebrado en el noveno día del primer mes lunar del calendario chino (usualmente en febrero).

El nombre aparece por primera vez en el *Rig-veda* (el texto más antiguo de la India, de mediados del II milenio a. C.), como "el poderoso Śakra", un epíteto del dios védico Indra.

En los textos budistas (desde el siglo III a. C. en adelante), el mito y carácter del personaje Śakra son muy diferentes a aquellos de Indra. Según G. P. Malalasekara, "Sakka e Indra son dos personajes independientes. Ninguna de las características personales de Sakka se parecen a aquellas de Indra. Algunos epítetos son idénticos pero son evidentemente copiados, a pesar de que sean explicados de manera diferente".^[2]

El Paraíso Trāyastriṃśa que Śakra gobierna es localizado en la cima de la Montaña Sumeru (cf. Meru), imaginado como el centro polar del mundo físico, alrededor del cual el Sol y la Luna orbitan. Trāyastriṃśa es el más alto de los paraísos que están en contacto directo con la Tierra. Como otras deidades de este paraíso, Śakra tiene una larga vida pero es mortal. Cuando Śakra muere, su lugar es tomado por otra deidad que se convierte en el nuevo Śakra. Los relatos budistas acerca de Śakra (pasado o presente) se encuentra en los relatos Jātaka y en diversos sutras, particularmente en el *Samyutta-nikāya*.


Śakra está casado con Sujā,^[3] hija del jefe de los asuras, Vema Chitrin (en palí Vepacitti). A pesar de esta relación, generalmente existe un estado de guerra entre los 33 deidades y los asuras, el cual Śakra logra resolver con un mínimo de violencia y pérdidas de vidas.

Śakra es mencionado en muchos sutras budistas, y es mostrado en varias ocasiones consultando a Gautama Buddha en preguntas sobre moralidad. Junto a Brahmā, es considerado un protector de la religión budista.

References

- [1] Sakka (http://www.palikanon.com/english/pali_names/sa/sakka.htm)
- [2] palikanon.com (http://www.palikanon.com/english/pali_names/sa/sakka.htm)
- [3] Sujā, del Pāli Canon (http://www.palikanon.com/english/pali_names/s/sujaa.htm)

Avalokiteshvara

-  Portal: Budismo. Contenido relacionado con **Budismo**.

Avalokiteśvara es el **Bodhisattva de la Compasión**. Es conocido en Tíbet con el nombre de Chenrezig, en China como Guānyīn y en Japón como Kannon.

En letra devanagari se escribe अवलोकितेश्वर.

Los tibetanos consideran al Dalái Lama una emanación del bodhisattva de la Compasión.

Etimología

El nombre sánscrito Avalokiteśvara se compone de las siguientes partes:

- *ava*, prefijo verbal que significa 'abajo';
- *lokita*, participio pasado del verbo *lok* ('notar, observar, contemplar'), que aquí se usa en sentido activo (una irregularidad ocasional en la gramática sánscrita); e
- *īśvara*, señor, gobernante, soberano o amo. De acuerdo con las reglas del sandhi (de unión de palabras), la **a** final de *lokita* se une a la **i** del principio de *īśvara* y se convierte en una **e**: *lokita* + *īśvara* = *lokiteśvara*.

Al combinar estas tres palabras queda: 'el señor que mira hacia abajo [el mundo]'. La palabra sánscrita *loka* ('mundo', cognada del español «local») no está presente en el nombre, pero se entiende implícita.

Otro epíteto de Avalokiteśvara es Lokeśvara-rāja (rey de la soberanía del mundo). La interpretación china de este nombre es 世自在王 *Shìzìzài wáng* "rey soberano del mundo" (los caracteres que se usan para traducir *īśvara* son 自在, que como sustantivo se traduce por señor y como adjetivo: libre, liberado, sin restricción. Como verbo es dominar; imponer; gobernar; predominar; dirigir o reinar [según la escuela dharma china de caracteres 法相宗]).

Sin embargo, la investigación reciente señala que la forma original y el significado del nombre eran muy diferentes: **Avalokitasvara** con la terminación *-svara* ("sonido, ruido"), de modo que la palabra se traduce: "quien ha percibido un sonido" (un compuesto *brahmi* con un participio pasivo como primer elemento). Esto es, *avalokita*: "ese que ha sido percibido" y el compuesto es literalmente "el que ha un sonido percibido", vale decir, percibidor del sonido sufriente de los mundos (los 6 reinos). Éste es el equivalente exacto de la traducción china 觀音 *Guānyīn*. Este nombre fue posteriormente suplantado por la forma que contiene la terminación *-īśvara*, lo que no sucedió en sánscrito antes del siglo VII, mientras que la forma original *Avalokitasvara* ya aparece en fragmentos sánscritos del siglo V.

El significado original del nombre calza con la comprensión budista sobre el rol de un *bodhisattva*, en tanto que la reinterpretación que lo presenta como un *īśvara* muestra una fuerte influencia del shivaísmo, donde el término *īśvara* está relacionado usualmente con la noción hindú de un dios creador y gobernador del mundo. Tales atributos divinos fueron transmitidos al *bodhisattva*, pero la mayoría de los adoradores de Avalokiteśvara sostiene el rechazo budista a la doctrina de un dios creador primordial.



Avalokiteśvara sosteniendo una flor de loto. Siglo VIII-IX, templo de Candi Plaosan, cercano a Prambanan, Java, Indonesia.

Origen

Para los eruditos occidentales

Los eruditos occidentales no han llegado a consenso sobre el origen de la veneración de Avalokiteśvara. Algunos han sugerido que Avalokiteśvara, junto con muchos otros seres sobrenaturales del budismo, fue un préstamo o absorción que el Mahāyāna tomó de una o muchas deidades hindúes, en particular de Śívá o Viṣṇu.

En el Theravāda, el nombre búdico Lokeśvara (饒王, 世自在王, 世饒王佛), “el señor, gobernante o soberano que observa el mundo”, fue probablemente un desarrollo de la idea de Brahmā, Viṣṇu o Śívá como “Lokanātha”, “señor de los mundos”. En Indo-China se refiere especialmente a Avalokiteśvara, cuyo rostro es frecuentemente representado en forma masculina, por ejemplo en Angkor. Es el buda bajo quien Amitābha ingresó a la vida ascética e hizo sus 48 votos en una existencia previa.

Relato mahāyāna

Según la doctrina *mahāyāna*, Avalokiteśvara es el *bodhisattva* que hizo un gran voto para escuchar los ruegos de todos los seres sensibles en momentos de dificultad y posponer su propia budeidad hasta haber ayudado a cada ser sobre la tierra a alcanzar el nirvana. Entre los *śūtras mahāyānas* asociados con Avalokiteśvara aparecen: el *Sutra del corazón* (como discípulo del buda histórico Śākyamuni) y el *Sutra del loto*, particularmente el 25.º capítulo, el cual es a veces referido como el *Sūtra-avalokiteśvara*.

Las seis formas de Avalokiteśvara en el *mahāyāna* 天臺六觀音 (Tiāntái liu Guānyīn) son:

1. 大悲觀音 gran compasión,
2. 大慈觀音 gran bondad,
3. 獅子無畏觀音 valiente como león,
4. 大光普照觀音 luz universal,
5. 天人丈夫觀音 líder de los dioses y de los hombres,
6. 大梵深遠觀音, 大梵至聖觀音 el gran Brāhma omnipresente.

Cada una de estas seis cualidades de este “bodhisattva” rompe los respectivos obstáculos 三障 de los 6 mundos budistas: infiernos, *Pretas* (espíritus hambrientos), animales, *asuras* (titanes), hombres y *devas* (dioses).

Relato vajrayāna

En la tradición tibetana, Avalokiteśvara es visto como surgiendo de dos fuentes. Una es la relativa, donde un eón previo (*kalpa*), un devoto y compasivo monje budista deviene en un *bodhisattva*, transformado en el *kalpa* presente de Avalokiteśvara. Sin embargo, ésta no entra en conflicto con la fuente final, según la cual Avalokiteśvara es la manifestación universal de la compasión. El bodhisattva es visto como el vehículo antropomórfico para la deidad real, que sirve para provocar una mejor comprensión de Avalokiteśvara a la humanidad.

Las siete formas de Avalokiteśvara en el budismo esotérico 密教七觀音:

1. 不空羅索觀音 red no vacía (o que no falla), o lazo, Amoghapāśa,
2. 千手千眼面觀音 de mil manos y mil ojos, vara-sahasrabhuja-locana/Sahasrabhuja-sahasranetra,
3. 馬頭觀音 cabeza de caballo, Hayagriva,
4. 十一面觀音 de 11 rostros, Ekadasamukha,
5. 准提觀音 Cundi,
6. 如意輪觀音 rueda del poder soberano, Cintamani-cakra,
7. 聖觀音, 正觀音 el santo, 聖觀自在 *arya Lokiteśvara*, el santo soberano que sostiene el mundo (*loka*), una traducción de *īśvara* significa “gobernador” o “soberano”.

Mantras

El budismo tibetano relaciona a Chenrezig con el *mantra* de seis sílabas *Om mani padme hum*, motivo por el cual recibe también el nombre de Śadakṣarī. La conexión entre este famoso *mantra* y Avalokiteśvara ya aparece en el Karandavyuha Sūtra (probablemente a fines del siglo IV o principios del V), uno de los primeros trabajos budistas que llegaron al Tíbet (poco antes de finalizar el siglo V).

En el budismo Shingon, el *mantra* que se emplea para alabar a Avalokiteśvara es el *On Aro-rikyā Sowaka* (¡Oh, Inmaculado, Salve!).

Los mil brazos de Avalokiteśvara

Una conocida leyenda budista narra que Avalokiteśvara hizo el voto de nunca descansar hasta haber liberado a todos los seres sensibles del *samsāra*. A pesar de su agotador esfuerzo, se dio cuenta de que todavía quedaban muchos seres desgraciados por salvar. Después de luchar para comprender las necesidades de todos, su cabeza se dividió en once partes. El buda Amitābha, al observar su apremio, le dio once cabezas para oír los lamentos de los sufrientes. Al oír esos clamores y comprenderlos, Avalokiteśvara intentó alcanzar a todos aquellos que necesitaban ayuda, pero encontró que sus brazos se destrozaban. Una vez más, Amitābha vino en su ayuda y lo dotó con mil brazos para que pudiera ayudar a las multitudes sufrientes.



Avalokiteśvara con mil brazos, parte de los Relieves en Piedra de Dazu en el monte Baoding, distrito de Dazu, Chóngqing, China.

Muchas versiones himalayas de este cuento incluyen ocho brazos con los cuales Avalokiteśvara hábilmente sostiene el *dharma*, cada uno de los cuales posee su implemento particular, mientras que las versiones chinas más específicas dan diferentes cuentas sobre su número.

Creencias del budismo tibetano relativas a Chenrezig

Avalokiteśvara es una deidad importante para el budismo tibetano y es considerado en las enseñanzas vajrayāna como un buda. En cambio, para las enseñanzas mahāyāna es visto más bien como un bodhisattva de elevado nivel. Se considera al Dalái Lama como la manifestación primaria en la tierra de Chenrezig por la secta Gelugpa y muchas otras del budismo tibetano. La secta Karma Kagyu, en cambio, considera al Karmapa como la manifestación primaria de Chenrezig. Se dice que Padmasambhava profetizó que Avalokiteśvara se manifestará a sí mismo en los linajes Tulku de los Dalai Lamas y de los Karmapas. Otra fuente tibetana explica que buda Amitābha dio a uno de sus principales discípulos, Avalokiteśvara, la tarea de hacerse cargo del cuidado del Tíbet. Ésta es la razón por la cual se manifiesta no solo bajo la forma de maestros espirituales del Tíbet sino también bajo la forma de reyes (como Trisong Detsen) o ministros.

Otras manifestaciones populares en el Tíbet incluyen *Sahasra-bhuja* (una forma con mil brazos) y *Ekādaśamukha* (una forma con once rostros).

En el budismo tibetano, Tārā la Blanca actúa como la consorte y vigorizante de Avalokiteśvara/Chenrezig. Según la creencia popular, Tārā vino a la existencia de una simple lágrima derramada por Chenrezig. Cuando la lágrima cayó al suelo se formó un lago, y un loto que se abrió en el lago reveló a Tārā. En otra versión de esta leyenda, Tārā


emergió del corazón de Chenrezig. En otra, es el fluir de la compasión de Chenrezig lo que se manifiesta en Tārā como ser.

Manifestaciones

Avalokiteśvara tiene un sinnúmero de manifestaciones bajo diferentes formas. Algunas de las más frecuentemente mencionadas son:

Sánscrito	Chino	Japonés	Significado	Descripción
<i>Aryavalokiteśvara</i>	聖觀自在	<i>Sho Kannon</i>	Avalokiteśvara Sagrado	La forma primigenia del Bodhisattva
<i>Ekādaśamukha</i>	十一面	<i>jūichimen</i>	Avalokiteśvara de once rostros	Rostros adicionales para enseñar a todos en 10 planos de existencia
<i>Sahasra-bhuja</i> <i>Sahasra-netra</i>	千手千眼	<i>senjūsengan</i>	Avalokiteśvara de mil brazos y mil ojos	Forma muy popular: ve y ayuda a todos
<i>Cintāmani-cakra</i>	如意輪	<i>nyoirin</i>	Avalokiteśvara cumple-deseos	Sostiene la joya Cintamani
<i>Hayagrīva</i>	馬頭	<i>bato</i>	Avalokiteśvara cabeza de caballo	Forma iracunda; simultáneamente bodhisattva y vidyārāja
<i>Cintāmanicakra</i>	如意輪	<i>Juntei</i>	Avalokiteśvara madre diosa	Cundi en chino
<i>Amoghapāśa</i>	不空索	<i>fukūkenjaku</i>	Avalokiteśvara con cuerda y red	
<i>Bhṛkūṭi</i>			Ojos implacables	
<i>Pāṇḍaravāsīnī</i>	白衣	<i>byakue</i>	Blanca y pura	La contención directa de Guān Yīn
<i>Parnaśabarī</i>			Cubierto de hojas	
<i>Rakta Śadakṣarī</i>			Seis sílabas rojas	
<i>Śvetabhagavatī</i>			Cuerpo blanco	
<i>Udaka-śrī</i>			Agua Auspiciosa	

Enlaces externos

-  Wikimedia Commons alberga contenido multimedia sobre **Avalokiteshvara**. Commons
- Avalokiteshvara/Chenrezig^[1] (en inglés)

Referencias

[1] <http://www.souledout.org/healing/healingdeities/avolokiteshvara.html>

Duḥkha

Duḥkha es un término budista relacionado con el sufrimiento.

Traducciones

(En pāli: *Dukkha*) *Descontento. Desilusión. Insatisfacción. Sufrimiento. Incomodidad. Dolor. Intranquilidad. Imperfección. Malestar. Fricción. Pesar. Frustración. Irritación, Presión, Ir contra corriente, Agonía, Vacío, Tensión. Angustia existencial, "la carga o peso existencial inherente a la condición samsárica (humana)"*

Duḥkha es un término de difícil traducción. No existe un término equivalente exacto en las lenguas europeas ya que *Duḥkha* tiene un significado muy amplio y abierto en el idioma original, que engloba diversos significados. Un ejemplo de *Duḥkha* dado por Buda es el estar con alguien que no te gusta y el no-estar con alguien que te gusta. Históricamente, la traducción más común en occidente ha sido *sufrimiento*, lo que ha generado una visión pesimista del Budismo. Sin embargo, *descontento* o *insatisfactorio* están más cerca al sentido de esta palabra en los textos originales.

Contexto

Mientras que la Insustancialidad es la principal enseñanza del Budismo, la eliminación o extinción del descontento (*Duḥkha*) es su principal y último **objetivo**. La búsqueda de una felicidad no condicionada fue el propósito que empujó a Gautama a su gran búsqueda espiritual. En la doctrina budista se hace indispensable aceptar la existencia de esa insatisfacción en la vida que aparece de manera intermitente, y por tanto, que el sufrimiento es una realidad inherente a existir y universal. Aunque Buda reconoció y animó a conservar los estados y momentos felices (buena situación económica, buena salud, etc.) afirmaba que éstos no son permanentes y que en todo caso, son coronados por la muerte.

Para el budista, *Duḥkha* es el resultado de no actuar ni pensar de manera que sea realmente consecuente con las realidades de *Anitya* y *Anātman*. Es el resultado de tener una actitud que admite la posibilidad de una satisfacción duradera o de la existencia de un ser, un "yo", al que proteger o beneficiar. Así, la consecuencia de no aceptar *Anitya*, la Impermanencia, es que experimentamos momentos de inseguridad, decepción, frustración o dolor cuando la transitoriedad o cambio se nos manifiesta en el transcurso de la vida. Y la consecuencia de no aceptar *Anātman*, la Insustancialidad, la ilusión del "yo", es que a veces en la vida nos resistimos o luchamos internamente contra todo lo que interpretamos o creemos ver como un posible ataque o una injusticia, de la vida misma en ocasiones, hacia este "yo".

El descontento (*Duḥkha*) no es sólo consecuencia de la ley de *Anitya*, del cambio y la impermanencia, sino que también está a su vez sujeta a ella. Así los procesos de aparición y desaparición de *Duḥkha* se suelen ir alternando en la vida (*Samsāra*), o pueden llegar a extinguirse de manera definitiva (*Nirvāṇa*) una vez que hayamos visto el origen de *Duḥkha* de manera clara mediante la práctica y la disciplina.

Tipos

Una manera de apreciar la gama de significados de la palabra *Dukkha* es la de examinar los diferentes tres tipos que describió Buda:

- ***duḥkha duḥkhatā***: El sufrimiento y el dolor físico o mental intrínseco en su sentido más ordinario y agudo.
- ***viparināma duḥkhatā***: Es nuestra reacción al cambio o la pérdida, ya sea de cosas, situaciones y personas externas o de facultades y posibilidades en nosotros. Si nos aferramos excesivamente a las experiencias agradables (*Sukha*), nos llevan a *duḥkha* porque son impermanentes.
- ***samskāra duḥkhatā***: Es muy sutil y profunda. Es la insatisfacción general que viene con la existencia en sí misma. Se podría entrever en ese preguntarse por el sentido de la vida. Es el sufrimiento de todo lo que es la existencia condicionada, es decir el sufrimiento que experimentamos porque no hemos alcanzado la Iluminación. Sangharākshita (1980). «1^[1]» (en español). *La Iluminación: el ideal del desarrollo humano*. Fundación Tres Joyas. pp. 86. Consultado el 13 de octubre de 2010.

En última instancia se debe a fabricaciones, formaciones o condicionamientos.

Los Tres Fuegos (*klesā*)

(En pāli: ***kilesa***) *Los tres venenos. Las pasiones (que adolecen). Las tres raíces del "mal". Los tres envilecimientos. Las tres corrupciones. Los tormentos. Las aflicciones.* También conocidos como: ***mula priyaya*** o ***akuśala-mula***.

Durante el entrenamiento budista se suele utilizar la metáfora de "Los Tres Fuegos", o "Venenos", para representar a pasiones humanas que afectan el rigor y la fuerza con la que se manifiesta *Duhkha*. Éstos son:

- La Ignorancia/Ilusión/el Delirio (*Moha*). La ignorancia es el delirio de la idea de la existencia de un "yo", y es el primer eslabón en la rueda de originación dependiente o *Samsara*. Se simboliza con un jabalí o un cerdo.
- El Anheló/Aferramiento/la Avaricia (*Lobha*). Se simboliza con un gallo.
- La Aversión/Ira/el Odio (sánscrito: *dvesa*, pāli: *dosa*). Se representa con una serpiente.

Éstas pasiones son comparadas con "energía" capaz de intensificar conflictos y compulsiones negativas, ocasionando de manera indirecta la infelicidad y la insatisfacción del propio individuo del que se generan. Por ello el budismo también se refiere a ellas como **aflicciones**, dolencias o tormentos. Según el budismo, si indagamos y profundizamos sobre el origen primero de lo que interpretamos como manifestaciones del "mal" acabaremos llegando siempre a estas fuerzas motoras. Cada uno de estos fuegos se apoya de otro y ocasiona un tercero. De estos tres envilecimientos primarios surgen otros muchos secundarios que podrían ser más fáciles de reconocer, como por ejemplo la vanidad, los celos, la hostilidad, la pereza, la obstinación, la preocupación, el miedo, la desvergüenza... etc.

Los momentos en los que surgen estas pasiones que adolecen son aprovechados para el entrenamiento y la práctica budista, cuyo objetivo es el reconocimiento y la contención de estas emociones, evitando a un tiempo tanto su represión como la reacción ante ellas para poder facilitar así su transformación. Los tres fuegos son las motivaciones o raíces (*mula/hete*) de aquellas acciones voluntarias (*karman*) que tienen consecuencias perniciosas para el individuo.

Enlaces externos

- La insatisfacción o el sufrimiento (dukkha) ^[2]
- La Primera Verdad Noble - Duhkha ^[3]

Referencias

- [1] <http://www.librosbudistas.com/descargas/IDH-htm.htm>
- [2] <http://www.bosquetheravada.org/533-la-insatisfaccion-o-el-sufrimiento-dukkha>
- [3] <http://www.bosquetheravada.org/977-la-primera-verdad-noble>

Vajrayāna

El **Budismo Vajrayāna** (es decir, Budismo del Vehículo del Diamante o Camino Adamantino -en pali y sánscrito *vajra* o *vayra* significa diamante y *yāna* camino o medio- ; también conocido como **Budismo Tántrico**, **Tantrayāna**, **Mantrayāna**, **Budismo Esotérico**, o 金剛乘 **Jingangcheng** en Chino) es una extensión del Budismo Mahāyāna que se diferencia de este en la adopción de técnicas adicionales (*upaya*, o *medios hábiles*) pero no en sus aspectos filosóficos. Algunos de estos *upaya* son prácticas esotéricas que solo pueden ser iniciadas y transmitidas por un maestro espiritual competente.^[1]

El tercer nivel de práctica budista consiste en desarrollar la inmunidad al veneno mediante la ingestión juiciosa del mismo. Éste es el camino seguido por el budismo tántrico o Vajrayāna, que **transmuta los venenos en amrita**, el jugo de la vida, el néctar de nuestra auténtica naturaleza. Es evidente que, para poder asimilar realmente el veneno y llevar a cabo esta clase de transmutación, se precisa mucho entrenamiento y preparación. Ésta es, precisamente, la función de la meditación. Según el Vajrayana, cuando aprendemos a abrirnos a los venenos de nuestra mente y reconocemos que todos ellos son fijaciones que emergen de la desconexión de nuestra auténtica naturaleza, comenzamos a sustraernos a su poder. Este tercer camino es el único que nos permite acceder a la energía vital contenida en los venenos, una energía que puede ayudarnos a mantener nuestra conexión con la tierra, nuestra pasión y nuestra vida cotidiana. Para el Vajrayāna, en la medida en que dejamos de vernos obligado a rechazar nuestras tendencias neuróticas, aumenta también nuestra compasión y comprensión por los demás, lo cual nos permite trabajar más directa y hábilmente con ellos.^[2]

Al Vajrayāna se le ve frecuentemente como la tercera escuela principal del budismo, junto con las escuelas *theravāda* y *mahāyāna*. Los budistas vajrayāna clasifican frecuentemente a su escuela como el último paso en la evolución del budismo indio, que enumeran como Theravāda, Mahāyāna y Vajrayāna.

El Vajrayāna existe hoy en la forma de dos grandes sub-escuelas:

- **Budismo tibetano**, encontrado en el Tíbet, Bhutan, el norte de la India, Nepal, el sudoeste de China, Mongolia y el único estado budista de Europa, Kalmukia.
- **Budismo Shingon**, encontrado en Japón.

Referencias

- [1] Ray, Reginald A. *Secret of the Vajra World: The Tantric Buddhism of Tibet*. Shambhala Publications, Boston: 2001.
- [2] John Welwood (1 de enero de 2002). *Psicología del despertar: budismo, psicoterapia y transformación personal* (<http://books.google.com/books?id=C0Eo4gYV3nEC>). Editorial Kairós. ISBN 9788472455344. . Consultado el 29 de junio de 2011.

Mitología budista

La **mitología budista** es una mitología dentro del sistema de creencias budista. Es una mitología relativamente extensa puesto que ha sido adoptada e influenciada por numerosas culturas. De hecho incluye muchos aspectos tomados de esas culturas, por ejemplo, muchos budistas japoneses consideran a los kami japoneses como bodhisattvas locales.

Naga (mitología hinduista)

En el marco de la mitología hinduista, los **nagás** son un tipo de seres o semidioses inferiores con forma de serpiente.

- नाग, en escritura devánagari.
- *nāgá*, en el sistema AITS (alfabeto internacional de transliteración sánscrita).
- *nāgā*, en javanés.
- ལྟཱ་ (neak), en jmer.

El femenino es *naginís*.

En el «Majábharata»

En el gran texto épico *Majábharata* (siglo III a. C.), la representación de los nagás tiende a ser negativa. Se los retrata como las víctimas que merecían la muerte en el *sarpa iagñá* (el sacrificio de serpientes) y la predación en manos del hombre ave Garudá. El texto los llama «perseguidores de todas las criaturas» y dice que «las serpientes tenían veneno virulento, gran poder y exceso de fuerza y siempre intentaban morder a otras criaturas».^[1] Al mismo tiempo, los nagás juegan un papel importante en las leyendas narradas en el texto, frecuentemente no más malvados o engañadores que los demás protagonistas, e incluso a veces del lado de los "buenos".

Generalmente en el texto aparecen con forma mezcla de humanos y serpientes. Otras veces aparecen con forma humana y luego con forma de serpiente.

Por ejemplo, la historia de cómo el príncipe nagá Shesha terminó sosteniendo al mundo sobre sus capuchas comienza con la escena en que él aparece como un dedicado asceta humano, «el cabello recogido con un rodete, la ropa hecha girones, y su carne y piel seca debido a las austeridades que estaba practicando. El dios Brahmá queda complacido con Shesha, y le encarga sostener el mundo sobre su cabeza. En este punto, Shesha aparece con los atributos de una serpiente. Entra por un agujero en la Tierra y se desliza hasta el fondo, donde carga la Tierra sobre su cabeza».^[2]

Enemistad con Garudá

El gran némesis de los nagás en el *Majábharata* es el gigantesco hombre-pájaro Garudá.



El dios Visnú reposa sobre el nagá serpiente Ananta Shesha, mientras su consorte Laksmí lo masajea.



Estatua de una serpiente nagá, que custodia el templo de Wat Sisaket en Viang Chan (Laos).

El sabio Kashiapa tuvo dos esposas, Kadru y Vinata. La primera quería tener muchos hijos, y la segunda quería tener pocos pero muy poderosos. El sabio cumplió sus deseos: Kadru puso mil huevos (de los que nacieron serpientes) y Vinata puso dos huevos (de los que nacieron Aruna —el auriga de Suriá— y Garudá. Por una estúpida apuesta, Vinata se convirtió en esclava de Kadru y el hijo de Vinata Garudá tuvo que cumplir órdenes de las serpientes. Aunque cumple, se irritaba y creó un rencor que nunca renunciaría. Cuando le preguntó a las serpientes lo que tendría que hacer para ser liberado de su cautiverio, le dijeron que tendría que llevar amrita, el elixir de la inmortalidad. Garudá robó el elixir de los dioses y se los trajo a las serpientes, con lo que cumplió con la orden, pero mediante una trampa evitó que lo repartieran y obtuvieran la inmortalidad. Desde ese momento, él las consideró enemigos y comida.^[3]

La maldición de Kadru

Kadru, la madre ancestral de las serpientes, hizo una apuesta con su hermana Vinata, cuya prenda era que la perdedora sería esclava para siempre de la ganadora. Ansiosa por asegurarse la victoria, Kadru les pidió a ayuda a sus hijos. Ellos se negaron, por lo que Kadru se enojó y los maldijo para que murieran en un «sacrificio de serpientes» que realizaría un rey Yánam Eyaiá, hijo de Majarash Paríkshit, a principios de la era kalí iugá (para la que faltaban unos 4 millones de años), nieto de Abhimaniu y bisnieto de Áryuna.

Vasuki (rey de las serpientes nagás) supo de esta maldición, entonces fue a buscar al asceta Yárat Karu ('vieja acción') para ofrecerle en matrimonio a su hermana, que quedó registrada en la leyenda como simplemente como Yárat Karu Priiá ('amada de Yáratkaru'), Bhaguiní Yárat Karu ('esposa de Yáratkaru'), Yárat Karu Bhaga ('vulva de Yáratkaru'). De la unión del humano con la serpiente nació un niño humano con la piel estriada y brillante. El hijo se llamó Astika.

Cuando el rey Yanameyaia finalmente hizo el sacrificio de serpientes (específicamente para matar a Takshaka), comenzó a atraer hacia el fuego a todas las serpientes del mundo. Entonces el sabio Astika se acercó al rey, elogió el sacrificio en términos tan elocuentes que el rey le ofreció cualquier favor que quisiera. Astika inmediatamente le pidió que acabara con el sacrificio. Aunque primero se arrepintió de su oferta, finalmente Yanameyaia cumplió su palabra e interrumpió el sacrificio.^[4]

Otras menciones en el «Majábharata»

- Vasuki (uno de los tres reyes de los nagás, siendo los otros dos sus hermanos Shesha y Takshaka) ayudó a los devás (dioses) y a los asuras (demonios) a extraer el amrita (el elixir de la inmortalidad) del océano de leche (uno de los océanos concéntricos que rodearían la India, según los hinduistas) siendo utilizado como cuerda, enroscado en el monte Mandara para batir las profundidades del océano.^[5]
- La princesa nagá Ulupi tuvo un hijo (Iravat) con el héroe pándava Áryuna.^[6] Aunque tuvo el apoyo de muchos nagás, finalmente fue asesinado por el monstruo rakshasa Alamvusha en la batalla de Kurukshetra.^[7]
- Matali, el auriga del dios Indra, quería casar a su hija Gunakeshi. Se acercó al nagá Ariaka y le propuso casarla con su hermoso nieto Sumukha. Ariaka replicó que Garudá había declarado su decisión de devorar a ese nieto, tal como ya había comido a su hijo. Matali persuadió entonces a Indra y a Visnú para que le dieran a Sumukha un trago de amrita (el elixir de la inmortalidad). Sumukha tomó la poción y pudo casarse felizmente con Gunakeshi.^[8]

En el hinduismo

En el norte de la India, hay comunidades que se hacen llamar «nagá vanshi» (linaje de los nagás) porque se consideran descendientes de los nagás.

Varuna, el dios védico de las tormentas, es considerado el rey de los nagás. Los nagás viven en los Patala, el séptimo planeta del inframundo.^[9] Son hijos de Kashiapa y Kadru. Entre los más importantes se cuentan Manasá, Shesha Nagá, Vasuki y Takshaka.



Un lingam(símbolo fálico del dios Shivá) al aire libre en Lepakshi, custodiado por una serpiente nagá.

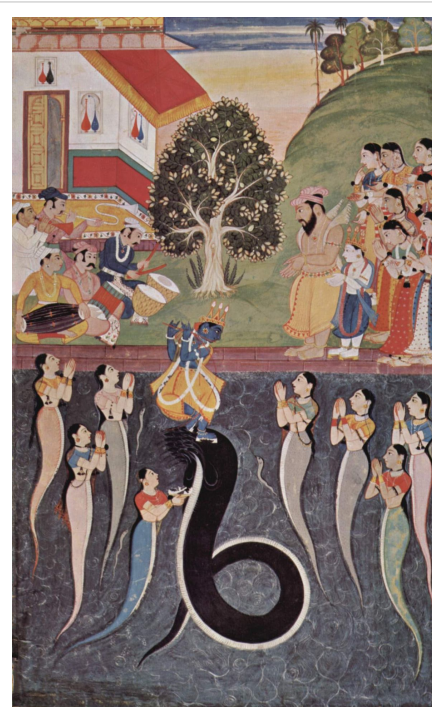
Maehle (2007: pág. ?) afirma que según una tradición, el gramático Patañjali era una encarnación de la serpiente divina Adi-Sesha Nagá.



Los hindúes creen que el gramático Patañjali era una encarnación de la serpiente divina Adi-Sesha Nagá.

Nagás

- Ananta Shesha ('sin-fin restante') la serpiente divina con mil cabezas que sirve de cama a Visnú.^[10]
- Balarāma, origen de Ananta Shesha.^[11]
- Kaliya, una serpiente vencida por Krisná
- Karkotaka controla el clima.
- Muchilinda, la serpiente que protegió a Buda de una tormenta.
- Padmavati, la reina de los nagás y compañera de Dháranendra (un rey de los nagás).
- Páravata akshá, demonio serpiente, cuya espada causa los sismos y su rugido causa los truenos.
- Takshaka, uno de los tres reyes de los nagás, siendo sus hermanos Vasuki y Shesha.
- Ulupi, la compañera de Áryuna en el texto épico *Majábharata*.
- Vasuki (uno de los tres reyes de los nagás, siendo los otros dos sus hermanos Shesha y Takshaka) ayudó a los devás (dioses) y a los asuras (demonios) a extraer el amrita (el elixir de la inmortalidad) del océano de leche (uno de los océanos concéntricos que rodearían la India, según los hinduistas) siendo utilizado como cuerda, enroscado en el monte Mandara para batir las profundidades del océano.^[5]



El dios Krisná baila sobre las cabezas del nagá Kalfía, mientras las esposas del nagá le oran a Krisná.

Dónde viven los nagás

- Patala (o Nagáloka), el séptimo de los planetas infernales del inframundo. Su capital se llama Bhoga Vatī.^[12]
- Lago Mana Sarovara, lago de los grandes nagás.
- Monte Sumeru
- Nagalandia, en el noreste de la India, habitado actualmente por tribus nagás.
- Kacha Naga, tribus nagás que viven fuera de Nagalandia.
- Naggarr, pueblo en la cordillera de los Himalayas (en el Tíbet), que deriva del nombre de las tribus nagás.
- Nagpur, ciudad india cuyo nombre deriva de Nagá Pura ('ciudad de nagás').
- Océano Pacífico, según un mito camboyano.
- El pozo de Shesna, en Benarés (a orillas del río Ganges, en la India), que se dice que es la entrada a los Patalas (infiernos).
- Nagadaa, sitio en Pakistán donde se cree que se llevó a cabo el genocidio de los nagás (*nagá iagñá*: 'el sacrificio de las serpientes').
- Río Mekong, que cruza Tíbet, China, Birmania, Tailandia, Laos, Camboya y Vietnam.



El nagá Muchilinda cubre a Buda de una tormenta.

Los nagás en la cultura occidental actual

Los nagás han sido empleados con normalidad en diversos juegos de rol, como *Dungeons & Dragons*, *Guild Wars*, La Leyenda de los Cinco Anillos o en videojuegos, como en *Warcraft III: The Frozen Throne*, *Heroes of Might and Magic* o *World of Warcraft*.

También en el juego de cartas *Yu-Gi-Oh!*, la carta TAEV-014 "Venominaga the Deity of Poisonous Snakes", que se encuentra en el booster *Tactical Evolution* está basada en una nagá espíritu, debido a que es prácticamente inmortal e invulnerable, para los conceptos del juego, cabe mencionar que en otros juegos también aparecen como en *La Batalla por Wesnoth*.

En el manga/animé *One Piece* existen dos frutas del diablo tipo zoan que permiten a quien se las coma transformarse en híbridos entre humanos y serpientes, muy similares a los nagás. Estas frutas son la *hebi hebi no mi* (modelo King Cobra) y *hebi hebi no mi* (modelo anaconda).

En el manga/animé *Slayers* un personaje antagonista recibe ese nombre (Naga, la Serpiente Blanca), y está asociado con serpientes.

En el animé *Monster Rancher* hay un monstruo llamado Nagá, que justamente tiene apariencia de nagá.

En el videojuego *Underworld* de la saga Lara Croft: Tomb Raider aparecen unos lagartos gigantes llamados Nagas en el nivel de Tailandia y que hacen referencia a la mitología.

En el universo del videojuego Final Fantasy también hacen su aparición los Nagá. Son representados con cuerpo de serpiente y cara humanoide.


En el videojuego de RPG "Breath of Fire I y II" del sistema Super Nintendo aparece como una aliada del jugador una Naga llamada "Bleu", con apariencia humana de cintura hacia arriba y serpiente hacia abajo.

En el juego de estrategia "StarCraft II" existen una criaturas ancestrales llamados los Xel'Naga, supuestamente los creadores de los Protoss y de los Zerg que tienen ciertas características similares a las de un reptil.

Notas

- [1] *Majábharata*, libro 1 («Adi parva», sección 20).
- [2] *Majábharata*, libro 1 («Adi parva», sección 36).
- [3] *Majábharata*, libro 1 («Adi parva», sección 16).
- [4] *Majábharata*, libro 1 («Adi parva», secciones 13 a 58).
- [5] *Majábharata*, libro 1 («Adi parva», sección 18).
- [6] *Majábharata*, libro 1 («Adi parva», sección 216).
- [7] *Majábharata*, libro 6 («Bhishmá parva», sección 91).
- [8] *Majábharata*, libro 5 («Udioga parva», sección 103).
- [9] MythFolklore.net (<http://www.mythfolklore.net/india/encyclopedia/patala.htm>) (descripción de los Patalas).
- [10] *Bhágavata-purana* 3.26.25.
- [11] *Bhágavata-purana* 10.1.24.
- [12] Según el *Bhágavata-purana* 1.11.11.

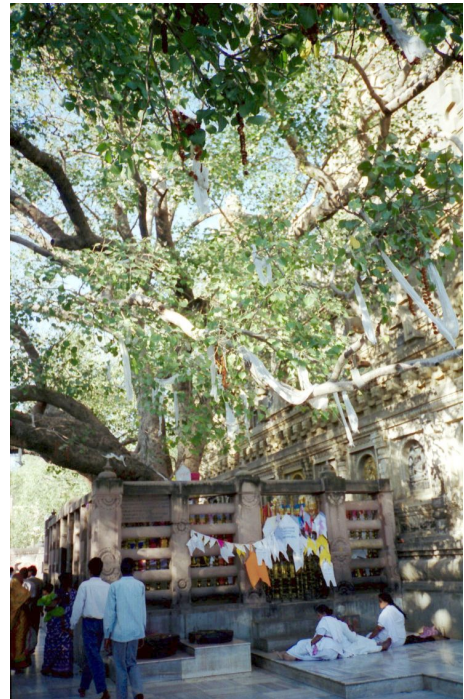
Enlaces externos

-  Wikimedia Commons alberga contenido multimedia sobre **Naga (mitología hinduista)**. Commons

Árbol de Bodhi

El **árbol Bodhi** fue la ficus religiosa bajo de la cual Siddhartha Gautamá se sentó a meditar en el siglo VI a. C..

La higuera se encuentra en la ciudad de Bodhi Gaia, a unos 100 km de la ciudad de Patna, en el estado de Bihar (India). Actualmente hay una gran higuera situada al lado del templo Mahabodhi, llamada Sri Maha Bodhi, que se considera descendiente directa del árbol Bodhi original.



Árbol Bodhi de la actualidad.

Leyenda

Según los textos budistas, Sakhiamuni Gautamá se sentó debajo de este árbol durante semanas. Como empezó una terrible tormenta, de debajo de las raíces del árbol surgió Muchilinda, el rey de los nagas (serpientes), se enroscó alrededor de Gautamá y lo cubrió con su caperuza. Gautamá finalmente alcanzó la iluminación espiritual y se convirtió en Buda (el iluminado) y originó el budismo.

Buda —lleno de gratitud hacia el árbol, después de la iluminación— se quedó ante el árbol con los ojos abiertos sin parpadear durante una semana entera.

Este árbol se convirtió en un sitio de peregrinación incluso durante la vida de Buda. El rey Asoka (304–232 a. C.) iba cada año a rendir homenaje a este árbol de Bodhi, y cada año pagaba un festival en su honor en el mes de kattika.^[1] Su esposa Tissarakkhā se sentía celosa del árbol. Se convirtió en reina en el año 16 del reinado de Asoka (253 a. C.) y tres años después 250 a. C.), hizo matar el árbol mediante espinas de mandu.^[2] En el sitio se plantó un vástago del árbol original (o de otro árbol de la misma especie: *Ficus religiosa*). A su lado se construyó un monasterio, que se llamó Bodhi-Manda Vijara.^[3]



Templo junto al árbol, dibujo de 1810.

Notas

- [1] Según el capítulo 17 (<http://lakdiva.org/mahavamsa/chap017.html>) del *Maja-vamsa*.
 [2] Según el capítulo 20 (<http://lakdiva.org/mahavamsa/chap020.html>) del *Maja-vamsa*.
 [3] Según el capítulo 29 (<http://lakdiva.org/mahavamsa/chap029.html>) del *Maja-vamsa*.

Dhyana

Dhyana	
Sánscrito	
Romanización	<i>dhyāna</i>
Devanāgarī	ध्यान
Pali	
Romanización	<i>jhāna</i>
Devanāgarī	ज्ञान
Chino	
Hanyu Pinyin	<i>chán</i>
Hanzi	禪
Jiantizi	禪
Coreano	
Romanización	<i>seón</i>
Hangul	선
Hanja	禪
Japonés	
Rōmaji	<i>zen</i>
Kanji	禪
Vietnamita	
Quốc ngữ	Thiền
Tibetano	
Wylie	<i>bsam gtan</i>

El *dhiana* (en sánscrito) o *jhāna* (en idioma pali) es un tipo de meditación. Se trata de un concepto clave en el budismo y en el hinduismo.

En tiempos de Buda (siglo VI a. C. aproximadamente) se inició la escuela del dhiana, que proponía la meditación como medio único para llegar a la iluminación.

Al introducirla en China, la escuela del dhiana (llamada escuela del *chan* en su transcripción al chino) sufrió cambios sustanciales por influencia del taoísmo; y bajo esta forma china se extendió por Corea (bajo el nombre de *seón*) y por Japón (donde se llamó *zen*).

Meditación

La **meditación** (del latín *meditatio*, -ōnis) describe la práctica de un estado de atención concentrada, sobre un objeto externo, pensamiento, la propia consciencia, o el propio estado de concentración.

Generalidades

La palabra «meditación» viene del latín *meditatio*, que originalmente indica un tipo de ejercicio intelectual. De este modo, en el ámbito religioso occidental se ha distinguido entre «meditación» y «contemplación», reservando a la segunda un significado religioso o espiritual. Esta distinción se vuelve tenue en la cultura oriental, de forma que al comienzo de la influencia del pensamiento oriental en Europa, la palabra adquiriría un nuevo uso popular.



Figura de Buda meditando.

Este nuevo uso se refiere a la meditación propia del yoga, originada en India. En el siglo XIX, los teósofos adoptaron la palabra «meditación» para referirse a las diversas prácticas de recogimiento interior o contemplación propias del hinduismo, budismo y otras religiones orientales. No obstante, hay que notar que este tipo de práctica no es ajena a la historia de Occidente, como muestran descubrimientos de vasijas celtas con figuras en postura yóguica.^[1]

La meditación se caracteriza normalmente por tener algunos de estos rasgos:

- Un estado de concentración sobre la realidad del momento presente
- Un estado experimentado cuando la mente se disuelve y es libre de sus propios pensamientos
- Una concentración en la cual la atención es liberada de su actividad común y es focalizada en Dios (propio de las religiones teístas)
- Una focalización de la mente en un único objeto de percepción, como por ejemplo la respiración o la recitación de palabras constante.

La meditación no solo puede tener propósitos religiosos sino estar también enfocada en el mantenimiento de la salud física o mental, e incluso puede tener propósitos de conexión cósmica para encontrar respuestas a preguntas universales que a lo largo de la Historia el ser humano ha tenido. Existe una amplia variedad de guías y enseñanzas para la meditación, que van desde las que se presentan en las religiones hasta las terapéuticas, pasando por las ideologías propias de ciertos individuos. Estudios científicos han demostrado que algunas técnicas de meditación pueden ayudar a mejorar la concentración, la memoria y mejorar el sistema inmunitario y la salud en general.^[2] Para Rudolf Steiner, fundador de la antroposofía, la meditación es el camino para el conocimiento del mundo espiritual y requiere ejercicios especiales, según lo explicado y descrito en *Wie erlangt man Erkenntnisse des höheren Welten?*^[3]

Tipos de meditación

Véase también: Meditación budista.

De acuerdo con Pérez De Albeniz & Holmes (2000), las diferentes técnicas de meditación pueden ser clasificadas de acuerdo a su enfoque. Algunas se enfocan en el campo de la percepción y la experiencia, también llamada de conciencia plena (*mindfulness* en inglés). Otras se enfocan en un objeto determinado, y son llamadas de «concentración». Hay también técnicas que intercambian el campo y el objeto de la meditación.

Categorizar las variedades de meditación es difícil. No obstante, dentro de las tradiciones religiosas esto resulta siempre más sencillo, si bien hay que notar que la meditación no tiene por qué tener trasfondo religioso, sino que es simplemente una herramienta.

Algunas descripciones

Meditar, según el zen, es la condición natural de la conciencia humana, capaz de comprender por sí sola el significado de su existencia, aun si esto ocurre a nivel del inconsciente. Esta percepción se interrumpe por la agitación o el interés en los asuntos particulares que absorben nuestra atención. La práctica de un sistema o rutina de meditación devolvería a la mente a ese estado básico y primordial. Algunos maestros zen dicen que meditar es «tocar el corazón» del ser humano.^[cita requerida]

La meditación es importante dentro del budismo. Cada escuela tiene diferentes maneras y técnicas específicas. Para algunas es la forma mediante la cual la mente logra alcanzar un plano de realidad y entendimiento que va más allá de lo sensorial o aprendido, o se puede ampliar o controlar el espectro de motivaciones de la personalidad. En el budismo zen, sin embargo, se dice que la meditación es un estado natural de crecimiento si el ego no lo interrumpe. En el hinduismo, en las escuelas de yoga y *vedānta*, la meditación es parte de dos de las seis ramas de la filosofía hindú. En la práctica budista de Theravāda, la meditación involucra tanto técnicas conocidas como *samādhi* y *vipassana*, como el desarrollo de la bondad y el «conocimiento superior».

Las técnicas de aproximación a la meditación varían desde las que se basan en observar la respiración, en visualizar algún pensamiento positivo o imagen inspiradora, enfocar algún objeto o imagen (como un mánala), las invocaciones, hasta las que se basan en tipos de compleja «alquimia espiritual». También existen las meditaciones sin objeto, desenfocando la tensión mental. Además de lo descrito antes sobre el pensamiento en la meditación, durante esta se puede dejar fluir libremente las imágenes mentales, sean claras o confusas, como cuando se está a punto de conciliar el sueño. También se puede dejar fluir las sensaciones, emociones, impulsos y energías corporales, normalmente sin intervenir en ellas, pero tampoco dejándose llevar o enredar, de manera que muestran finalmente una tendencia a reordenarse por sí solas; aunque existen métodos de reflexión y técnicas de concentración en que la conciencia las puede manejar.

En la mayoría de las religiones basadas en el paganismo y el neopaganismo, como son la Wicca y el druidismo, la meditación es un pilar fundamental para mantener una conexión con la divinidad. En las prácticas de las brujas actuales, diversas técnicas de meditación son utilizadas como herramientas para despejar la mente y canalizar energías al llevar a cabo trabajos mágicos y rituales.^[cita requerida]

Multitud de técnicas de meditación han sido estudiadas por la psicología. Muchos terapeutas recomiendan alguna técnica o diseñan las suyas propias, a menudo inspiradas en las tradicionales. La mayoría utilizan la respiración como centro porque es el puente entre el cuerpo físico, el estado de ánimo y la mente. La práctica de una técnica o rutina ayuda a las personas con diferentes cuadros de estrés, pero normalmente no es recomendable practicarla cuando está presente una enfermedad mental.^[cita requerida]

Meditar ayuda a reordenar la mente y calmar la ansiedad. Mejora la comprensión de objetivos y motivaciones y equilibra el carácter. También puede hacer resurgir motivaciones, traumas, emociones o energía enquistadas. Por el estudio de la respiración y la postura corporal se mejora la salud en general y se reconduce el metabolismo a su funcionamiento óptimo. Algunos estudios científicos hechos en Japón acerca de la meditación zen registraron diferencias significativas entre el funcionamiento del sistema nervioso y cerebral de personas que meditaban regularmente y el de las que no.^[cita requerida]



Esquema de los *chakras* o distribución energética principal del ser humano, según la tradición oriental.

En diversas escuelas orientales se suelen definir tres tipos básicos de pensamiento: cerebral, de corazón, y de tripas. Esto ha sido confirmado por la neurología moderna, observando que existen tejidos neuronales en diferentes partes del cuerpo que controlan diferentes impulsos, paralelos a las tres capas básicas del cerebro: impulsos instintivos que protegen los aspectos físicos, impulsos emocionales que mueven las motivaciones y la sensibilidad, e impulsos intelectuales que rigen las técnicas con que se resuelven problemas complejos.^[cita requerida]

Dependiendo de la persona y la técnica, los cambios en la conciencia pueden ocurrir de diferentes formas. Puede tratarse de un cambio en el carácter al comprender la existencia como un ecosistema de interdependencias. En el zen se resta importancia a las experiencias de conciencia alterada o las descripciones complicadas.^[cita requerida]

Salud y efectos fisiológicos

Popularmente se considera a la meditación como un componente de las religiones orientales, si bien esto no es exacto. La meditación ha sido practicada durante más de 5000 años con propósitos intelectuales, religiosos o de salud. Actualmente al menos un estilo de meditación se ha probado efectivo para aumentar el cociente intelectual, mejorar la memoria e incluso cambiar partes del cerebro.^[4] Otros estilos de meditación otorgan igualmente distintos beneficios a la salud mental y física de sus practicantes, especialmente un mejoramiento de la inteligencia emocional y del sistema inmunitario.^{[5][6]} Entre los más comunes se encuentran el alivio del estrés y la bajada de la presión sanguínea.

Al analizar la actividad cerebral durante la meditación, usando un electroencefalograma, se puede apreciar que se pasa de las ondas beta (actividad normal, consciente y alerta, de 15-30 Hz) a ondas alfa (relajación, calma, creatividad, 9-14 Hz). En la meditación más profunda se pueden registrar ondas theta (relajación profunda, solución de problemas, 4-8 Hz) y en meditadores avanzadas se puede detectar la presencia de ondas delta (sueño profundo sin dormir, 1-3 Hz).^[cita requerida]

Algunas tradiciones

- Las prácticas meditativas que corresponden a las principales tradiciones del budismo son:
 - En el budismo Theravāda, la meditación de introspección (Vipassana), de concentración (Samatha) y cultivo del amor puro (Metta).
 - Las visualizaciones, rezos y cantos, propias del budismo Mahāyāna.
 - La meditación silenciosa sin objeto, propia del *dhyana*, *chan* o zen.
- Hay tradiciones religiosas de la meditación asociadas con el judaísmo, el cristianismo y el Islam (sufismo).
- El taoísmo tiene una larga historia de estudios de meditación.
- Muchas escuelas de artes marciales enseñan formas de meditación, en especial basadas en modelos budistas o taoístas (budō).
- Hay formas de meditación relacionadas directamente con la creación artística, como medio de alcanzar el éxtasis místico, en el sufismo (derviches).^[cita requerida]
- Existen meditaciones en tradiciones del continente americano (chamanismo), las islas del Pacífico Polinesia y Hawái, y Oceanía (didgeridoo).^[cita requerida]

La meditación en diferentes culturas

La mayoría de las religiones tienen procedimientos o formas de meditación. En todas las culturas se considera la meditación como el proceso mental individual que puede transmitir estabilidad a los adocotrados. En este sentido, podemos hablar de tradiciones místicas en todas las religiones: el taoísmo, el chamanismo en sus múltiples expresiones, el zen y el *dzochen* en el budismo, el camino sufí en el Islam, la contemplación en el cristianismo, etc. La meditación está presente también en el eje de actividades como el yoga, las artes marciales (budō) o el Tai Chi Chuan. Se puede aprender meditación aunque uno no sea creyente de una religión. En ocasiones, los líderes de las

religiones han hecho su mensaje sin crear una doctrina moral o social institucionalizada.^[cita requerida] Las técnicas más populares y conocidas de meditación provienen de las dos religiones más conocidas de Oriente, el budismo y el hinduismo.

A principios del siglo XX la mayoría de técnicas de meditación eran poco conocidas más allá de círculos académicos o religiosos. Durante el siglo XX se extendió su uso al gran público, si bien el desconocimiento de la amplia y compleja gama de técnicas de meditación ha causado que caiga sin demasiado rigor dentro del mercado de consumo, y en ocasiones en manos de grupos seudoreligiosos o sectas.^[cita requerida]


Referencias

- [1] *Historia de las Religiones de la Europa Antigua*, Ed. Catedra, 1994.
- [2] (http://www.tendencias21.net/La-meditacion-trascendental-puede-prevenir-los-problemas-de-hipertension_a3846.html)
- [3] *¿Cómo se adquiere el conocimiento de los mundos superiores?*, Dédalo, Buenos Aires.
- [4] *Un estudio reciente encontró evidencias de que la práctica diaria de la meditación hace que se hagan más densas las partes del córtex cerebral responsables de la toma de decisiones, la atención y la memoria*. Sara Lazar, científica investigadora en el Hospital General de Massachussets, presentó el noviembre pasado unos resultados preliminares que demostraban que la materia gris de 20 hombres y mujeres que meditaban durante 40 minutos al día, era más densa que la de aquellas personas que no lo hacían. Al contrario que en estudios previos, que se centraban en monjes budistas, los sujetos en esta ocasión eran trabajadores del área de Boston que practicaban un estilo occidental de meditación llamado atención, o meditación interior. "Hemos demostrado por primera vez que no necesitas hacerlo durante todo el día para lograr estos resultados", dijo Lazar. Y lo que es más, sus resultados sugieren que la meditación podría ralentizar el adelgazamiento natural que esa sección del córtex sufre con el paso del tiempo. (Más en Cómo hacerse más inteligente, con cada inspiración (http://www.astroseti.org/noticia_1804_como_hacerse_mas_inteligente_con_cada_inspiracion.htm?nobar=1))
- [5] Meditación Budista y Neurociencia (<http://www.futuropasado.com/?p=120>)
- [6] *...Hemos comprobado cómo las personas que meditan son capaces de producir hasta 50% más de anticuerpos tras recibir una vacuna contra la gripe. En definitiva, que los cambios que la meditación produce en el cerebro pueden traducirse en cambios en el cuerpo beneficiosos para la salud... Pero hay otra conclusión si acaso más importante: que las emociones positivas como la felicidad, la compasión o el altruismo se pueden cultivar. ¿Cómo? Ejercitando el cerebro. Si uno quiere ser genuinamente feliz, si uno quiere expresar su amor y su compasión, hay que usar mejor nuestra herramienta más preciada...* (Más en «Si queremos ser genuinamente felices, tenemos que aprender a utilizar mejor nuestro cerebro» (http://www.elmundo.es/papel/2005/11/26/opinion/1894178_impresora.html))

Bibliografía

- Ching Hai, la Maestra Suprema. *La llave para la iluminación inmediata*.
- DeRose, Maestro (1995). *Yôga avanzado, Swásthya Yôga Shástra*. Buenos Aires: Deva's de Longseller. ISBN 987-1102-13-5.
- – (1995 (2002)). *Tantra, la sexualidad sacralizada*. Buenos Aires: Deva's de Longseller. ISBN 987-1102-13-5.
- – (1995 (1999)). *Todo sobre Yôga*. Buenos Aires: Deva's de Longseller. ISBN 987-1102-13-5.
- Deshimaru, Taisen. *Za Zen, la práctica del zen*.
- Jager, Willigis. *En busca de la verdad*.
- Jung, Carl Gustav (2008). *Obra completa: Volumen 11. Acerca de la psicología de la religión occidental y de la religión oriental. XIV. Acerca de la psicología de la meditación oriental (1943/1948)*. Madrid: Trotta. ISBN 978-84-8164-902-4/ ISBN 978-84-8164-907-9.
- Krishnamurti, Jiddu. *Usted es el mundo*. EDAF.
- Sesha. *La paradoja divina*.
- Smedt, Marc de. *50 técnicas de meditación*.
- Shunryu Suzuki. *Mente Zen, Mente de Principiante*.

Enlaces externos

-  Wikiquote alberga frases célebres de o sobre **Meditación**. Wikiquote
- Efectos biológicos y psicológicos de la meditación (http://bvs.sld.cu/revistas/mgi/vol14_2_98/mgi10298.pdf) Estudios médicos sobre la meditación
- Ocho semanas de meditación pueden cambiar el cerebro (<http://www.abc.es/20110127/ciencia/abci-ocho-semanas-meditacion-pueden-201101271127.html>) Noticia resumen sobre un estudio realizado por la Universidad de Massachusetts.

Yogachara

El **iogachara**, **viṅṇana-vada** o **jossó** es una escuela idealista del budismo majaiana.

- *yogācāra* en AITS (alfabeto internacional de transliteración sánscrita)

Apareció en la India alrededor del siglo II, fue introducido en China en el siglo VII por Xuanzang y a mediados del mismo siglo, fue divulgado en Japón con el nombre de **hossō**.

El *Samdhi-nirmochana-sutra* fue el sutra fundamental del iogachara, y aún continúa siendo uno de sus referentes principales. El *Pratiutpanna-sutra* y el *Dasa-bhumika-sutra* también contienen elementos iogachara mientras que el *Lanka-avatara-sutra*, también es de una importancia considerable para esta corriente.

Rechaza el realismo total del budismo theravāda y el realismo empírico de la escuela madhiamika, inclinándose por una postura más complicada en la cual la realidad percibida por los humanos no existe sino que sólo parece real en virtud de la capacidad de la mente para percibir patrones de continuidad y regularidad.

Enlaces externos

- en Encarta.msn.com Yogacara ^[1]

Referencias

[1] http://es.encarta.msn.com/encyclopedia_961521331/Yogacara.html

Escuelas budistas

Tradiciones y escuelas

El budismo no está organizado con una jerarquía vertical. No existe una iglesia o alguna especie de patriarca o papa como por ejemplo ocurre en el catolicismo. La autoridad religiosa descansa primeramente en los textos sagrados, especialmente en los *Sutras* o sermones de Buda. En su interpretación se otorga cierta autoridad a maestros y personajes importantes que los comentan y analizan a lo largo de la historia.

De acuerdo con el sitio web Adherents.com ^[1], las divisiones mayores (con el número de practicantes conocidos) son:

- mahāyāna: 185 000 000 (56%)
- theravāda: 124 000 000 (38%)
- vajrayāna: 20 000 000 (6%).^[2]

La comunidad monástica se organiza históricamente por líneas de transmisión en el tiempo, en donde las cadenas de relaciones entre maestros y discípulos son centrales, especialmente en el budismo theravada. Los laicos tienen distinto papel dependiendo de los dos grandes movimientos, theravāda y mahāyāna. En el budismo mahayana, los laicos han ocupado a menudo un lugar tan importante como los monjes en esa autoridad religiosa, mientras que en el theravada tradicionalmente han quedado relegados a un segundo plano. Recientemente se está reformando este papel en numerosos países con este tipo de budismo.

Esta organización religiosa totalmente descentralizada ha permitido por tanto una enorme flexibilidad de puntos de vista, variaciones y enfoques. A menudo incluso se habla de "tipos de budismo". No obstante, todas las variantes de budismo se unen en el tiempo en puntos de partida comunes doctrinales e históricos.

Aparte de tener presente los dos grandes movimientos del budismo, no existe una manera consensuada de agrupar los enfoques teóricos y prácticos. Se puede hacer geográficamente, culturalmente, doctrinalmente, etc. En Occidente se hace según lo que aparece como distintivo. La clasificación que sigue es la típica que se hace en cualquier país occidental, en donde se mezclan diversas categorizaciones pero que finalmente resulta ser la más práctica atendiendo al budismo presente por aquí.

Budismo theravāda

El budismo theravada, o budismo del linaje de los antiguos, se ciñe a la primera recopilación de escrituras budistas, realizada en el siglo I a. C. Este tipo de budismo es limpio de ritual y caracterizado por el estudio, análisis y sistematización de los diferentes estados de meditación.

Presente en Tailandia, Sri Lanka, Birmania (Myanmar), Laos, India, Camboya, hay diferentes escuelas theravada que normalmente varían en función del país del que hablemos. En Tailandia por ejemplo existen la Mahānikaya, la Dhammayut y la del Kammatthana o del Bosque. A menudo un maestro tiene un enfoque particular que no acaba derivando en escuela como suele ocurrir en el Mahāyāna ni tampoco entre ellas hay diferencias tan substanciales. En Occidente ha causado un impacto reciente el enfoque del monje tailandés Bhikkhu Buddhadasa, el cual plantea de manera muy psicológica aspectos importantes como la reencarnación.

Budismo chán

Desarrollado a partir del siglo VI en China. Es un budismo con ausencia de ritual que da preponderancia al carácter intuitivo de la sabiduría. Filosóficamente influido tanto por Madhyamaka como por Yogachara. Desarrollado en China, Corea, Japón, Vietnam. En Japón es llamado zen. La palabra china *chán* deriva de la sánscrita *dhyāna*, normalmente interpretada como meditación, aunque en realidad se refiere a determinado estado mental ya que se pueden considerar diferentes dhyanas. Budismo zen es lo mismo que decir budismo *chán*, siendo la palabra zen la sonoridad japonesa que adquirió cuando éste llegó a Japón. Igual pasó en Corea, en donde se le llama Son. Un monje

indio llamado Bodhidharma (Tamo en chino) que habría estado en China del 470 al 526 d. C. sería el primer patriarca de la escuela *Chán* en el templo Shaolin, enseñando la meditación como práctica principal y siendo fiel al *Sutra de Lankavatara* como escritura fundamental. La práctica de esta tradición se basa en la meditación sentada (chino: *zùochán*, japonés: *zazen*), el uso de dichos o hechos de los maestros cuyo significado profundo trasciende la capacidad dualista-lógica (chino: *gōng'ān*, japonés: *koan*), de indagación en preguntas (chino: *huatou*). Las escuelas principales del zen actual son la *Línjì* (*Rinzai* en japonés) y la *Cáodòng* (*Sōtō Zen* en japonés).

Budismo tibetano

Filosóficamente da preeminencia al camino Madhyamika del maestro mahayana Nāgārjuna. Su área de influencia abarca además del Tíbet a Nepal, Bhutan, Sikkim, Mongolia y China. La conversión al budismo del rey tibetano Songsten Gampo en el siglo VII es tenida como la primera fecha clave para el budismo en el Tíbet. Cien años más tarde, el gurú indio Padma-Sambhava llegaría al Tíbet convirtiéndolo definitivamente en religión de masas.

El budismo tibetano está basado en el budismo tántrico o vajrayāna que surgió en la India a partir del mahāyāna

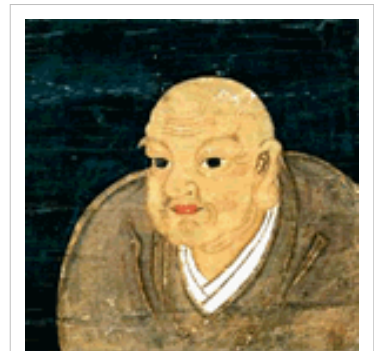
Budismo nichiren

El budismo nichiren surge en el Japón en el siglo XIII alrededor de la figura del monje Nichiren, como una escisión de la Escuela Tendai de la cual este formaba parte. El budismo nichiren se basa en una exaltación del Sutra del Loto, una escritura del budismo mahayana considerada por la Escuela Tendai como la corona de los sutras.

Nichiren declaró al resto de escuelas budistas como erróneas, lo que le llevó a un fuerte enfrentamiento con la escuela predominante por entonces en Japón, la escuela Tendai. El budismo japonés tiene en su expansión histórica algunos debates doctrinales mezclados con luchas entre poderes feudales. De estos episodios surgió la afirmación de nuevas escuelas y la desaparición de otras.

Hasta el último cuarto del siglo XX, el budismo de Nichiren se caracterizó por la gran intensidad y agresividad de sus esfuerzos de conversión, actividad conocida como *shakubuku*. Esto contrasta con como otras escuelas budistas aconsejan no intentar convertir a otros y solo hablar de las enseñanzas cuando se es preguntado, tal y como hizo el Buda. Hoy, el budismo Nichiren utiliza más el término de *Kosen Rufu* y a los miembros solo se les anima a hablar sobre sus experiencias con sus allegados, pero el budismo de Nichiren conserva aún así la aspiración a la conversión universal de la humanidad, que es lo que considera que llevará a la paz mundial.

El budismo Nichiren tiene distintas ramas, aunque tradicionalmente ha estado muy asociado al nacionalismo japonés. Las organizaciones más conocidas en Occidente son la Sōka Gakkai Internacional y la Nichiren Shoshu.



Nichiren Daishōnin, fundador del budismo nichiren.

Resumen

El budismo tiene tres formas principales:

- El budismo theravāda, que es frecuente en la India y Asia Sur-oriental.
- El budismo mahāyāna que se extiende por India del Norte, China, Tíbet, y desde allí se dirigió a Corea.
- El budismo vajrayāna

Nuevos movimientos

- **Amigos de la orden budista occidental (AOBO):** Fundada por el inglés Sangharakshita en el siglo XX.
- **Nueva Tradición Kadampa:** Fundada por el lama tibetano Kelsang Gyatso en Inglaterra en 1991. Se genera, gesta y desarrolla como una escisión de la gelugpa Fundación para la preservación de la Tradición Mahayana, a resultas de la apropiación del Instituto Manjushri por parte del Geshe Kelsang Gyatso y sus estudiantes y su

consiguiente expulsión de la Escuela Gelug.

- **Asociación Zen Internacional:** Creada a partir de las enseñanzas del maestro zen japonés Taisen Deshimaru, quien se instala en Francia en los años 1960.
- **Soka Gakkai :** nace en 1930 dependiente de la Nichiren Soshu y actualmente independiente, es la principal organización mundial que difunde el budismo Nichiren.

Referencias

[1] http://www.adherents.com/adh_branches.html#Buddhism

[2] Número de practicantes, al 16 de noviembre de 2007.

Dharma

Dharma es una palabra sánscrita que significa «religión», «ley natural», «orden social», «conducta adecuada» o «virtud».

- धर्म en silabario devánagari.

Se utiliza en casi todas las doctrinas y religiones de origen védico (las religiones dárnicas), como el hinduismo (llamado por los hindúes *sanátan dharma*, la 'eterna religión'), el budismo, el jainismo y el sijismo.

Significado y orígenes

Dharma tiene varios significados, como 'aquello que sostiene o mantiene unido', 'algo establecido o firme', figurativamente: 'sustentador, apoyo' (en el caso de deidades) y en sentido más abstracto, es similar al término griego *nomos*, 'norma fija, estatuto, ley'.

La palabra proviene de una raíz indoirania *dhar* 'ajustar, soportar, sostener', conectada con

- el latín *frēnum* («rienda para caballo, freno»),
- el antiguo alto alemán *tarni* [*latens*] («oculto, retirado») y
- en eslavo eclesiástico *držę, držati* («sostener, poseer»).

Se ha sugerido, aunque permanece incierta, la identidad etimológica entre *dharma* y el latín *firmus* (de donde proviene el español «firme»).

El término aparece ya en el *Átharva vedá* (I milenio a. C.) y en el sánscrito clásico. En idioma pāli toma la forma *dhamma* (como se utiliza muchas veces en el budismo). Algunos budistas dicen que *dhamma* significa 'camino de las grandes verdades'.^[*cita requerida*] El erudito inglés del s. XIX, Monier-Williams propone como traducciones (en el ámbito espiritual y religioso) 'virtud, moralidad, religión, mérito religioso'.

El dharma en el hinduismo

En el hinduismo, el *dharma* es la ley universal de la naturaleza, ley que se encuentra en cada individuo lo mismo que en todo el universo. A nivel cósmico esta ley se concibe manifestada por movimientos regulares y cíclicos. Por este motivo se simboliza al *dharma* como una rueda (*dharma-chakra*: ☸) que torna o gira sobre sí misma. Este símbolo es el que se encuentra en la bandera de la India.

A nivel del individuo humano, el *dharma* adquiere una nueva acepción: la del deber ético y religioso que cada cual tiene asignado según su determinada situación de nacimiento.

Existen varios textos acerca del tema del deber, llamados genéricamente *Dharmasastra*, entre los que se incluyen las *Leyes de Manu*.

Los hindúes no llaman «hinduismo» a su religión, sino *sanatana dharma*, que se traduce como 'religión eterna'.

El dios Dharma

En la epopeya india del *Majábharata*, también aparece la figura de Dharma como un dios (Iama, el superintendente de la muerte), que encarna como un hombre, Iudhistira, que fue un mítico emperador de la India. Cuando se retiró, por causa de edad, vivió en las ciudades indias para hacer meditación y encontrar el camino de la superación del ciclo de las reencarnaciones, algo que era habitual antiguamente. No murió, pues fue llevado en cuerpo y alma al Cielo de Indra, el jefe de todos los dioses, donde todavía seguiría viviendo.

El dharma en el budismo

Dentro del budismo la noción del *dharma* (entendido como doctrina) se dividió para su mejor comprensión en las llamadas *Tipitaka*:

- **sutras** (enseñanzas del Buda Siddharta Gautama mismo);
- **vinaias** (reglas monásticas proporcionadas por Buda); y
- **abhidharma** (comentarios y discusiones sobre los *sutras* y *vinaias* por los sabios de períodos posteriores).

Estos tres conjuntos de escritos conforman el Canon Pali o también tal cual se ha dicho llamado *Tipitaka*. El *dharma* es uno de las llamadas tres joyas (*mani*) o tesoros del budismo junto con Buda y Shanga.

Es por esto que la mención de la palabra *dharma* es frecuente entre los budistas, ya que constituye uno de los principales elementos de la llamada «fórmula del triple refugio»:

En la *shanga* ['comunidad'] me refugio
 en el *dharma* ['doctrina'] me refugio
 en el Buda me refugio
 y por ellos actúo.

El dharma en el jainismo

En el jainismo el *dharma* se entiende principalmente como 'movimiento' de la *dravya* o sustancia universal. En tal sentido dentro del jainismo el *dharma* es una de las siete categorías de la *dravya*, siendo las otras *adharma* (irreligión, impiedad), *akasa* (éter, sustancia intangible), *puḍgala*, *kala* (tiempo) y *yiva-atma* (viva-alma).

La rueda del *dharma* que se encuentra en la bandera de la India es conocida oficialmente como *chakra* de Ashoka, aunque el emperador Ashoka fue un destacado budista, la rueda del *dharma* que se usó en sus monumentos remitía en su simbolismo principalmente a la acepción hinduista (la más antigua) del *dharma*.

El dharma en la cultura popular

- *The Dharma Bums* (*Los vagabundos del Dharma*, publicada en 1958) es una novela del escritor estadounidense Jack Kerouac (escritor y uno de los principales representantes del movimiento llamado Beat generation). En ella se aborda el tema del desarrollo personal a través de la meditación y los conocimientos del budismo. La novela se desarrolla en California y en ella aparecen (en seudónimo) notables y reconocibles personajes de la Generación Beat, como Laurence Ferlinghetti, Allen Ginsberg, Gary Snyder y el propio autor. Es considerada una de sus mejores novelas y obra capital de su época.
- En el álbum *This Was* (1968), de la banda Jethro Tull, hay una canción titulada *Dharma for One* ('el sendero para uno'), la cual tocarían dos años más tarde también en el Festival de la Isla de Wight (ver vídeo en YouTube.com ^[1]).
- El personaje principal femenino del programa de televisión *Dharma y Greg* se llama Dharma. Fue criada por padres jipis, practica yoga y adhiere a la espiritualidad oriental.
- La *Iniciativa Dharma* es el nombre que en la serie estadounidense *Lost* (Perdidos) toma una organización relacionada con investigaciones científicas (desde zoología y sociología hasta investigaciones médicas

avanzadas).

- En el vídeo juego Suikoden III, la motivación del principal antagonista (Luc) está basada en el concepto del *dharma*.
- Dharma también es el nombre en clave de un hipotético proyecto por parte de Apple de portar las bibliotecas Cocoa (base de toda la interfaz gráfica de su sistema operativo MacOS X) a Windows, permitiendo la creación de aplicaciones ejecutables nativamente en MacOS X PowerPC, MacOS X Intel y Windows con el código correspondiente a las 3 plataformas en un único archivo. [2]
- La Companyia Elèctrica Dharma es un grupo musical catalán que fusiona la música folk con ritmos modernos como el jazz y el rock.

Enlaces externos

- SutasBudistas^[3] (biblioteca de sutras y textos budistas).
- Sutta Pitaka: Canasta de los Discursos^[4] Sutta Pitaka es la segunda canasta (pitaka) del Canon Pali que contiene más de 10.000 discursos o suttas que el Buda y, a veces, algunos de sus discípulos más cercanos habían pronunciado durante su ministerio de 45 años de duración.

Referencias

- [1] http://www.youtube.com/results?search_query=Jethro+Tull+Dharma&search=Search
[2] <http://www.faq-mac.com/bitacoras/memoria/?p=303>
[3] <http://es.geocities.com/sutrasbudistas>
[4] http://www.bosquetheravada.org/index.php?option=com_k2&view=item&layout=item&id=555&Itemid=188

Rueda del dharma

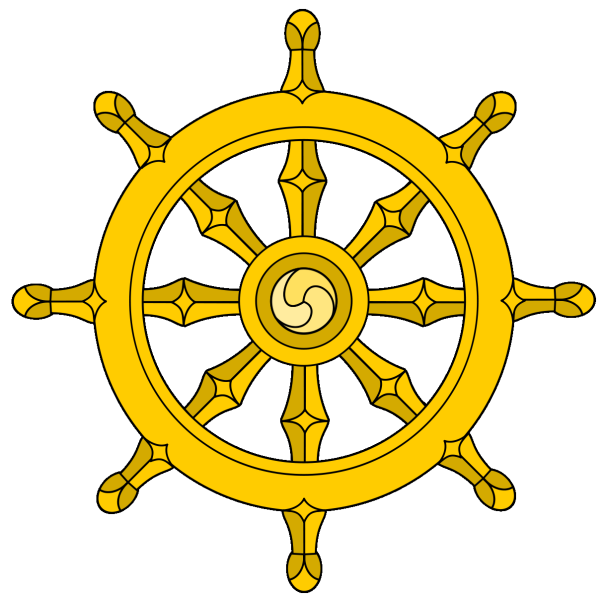
El ***dharma chakra*** (o "rueda del darma") es un símbolo que representa al *dharma* ('ley' o 'religión'), en el hinduismo, el budismo y el jainismo.

- En sánscrito se llama *dharmachakra*
- en pāli *dharmacakka*
- en tibetano *chos kyi 'khor lo*
- en chino *fǎlún* (法輪)

Ocasionalmente se traduce como 'rueda de doctrina' o 'rueda de ley'.

Historia

El símbolo del *dharma chakra*, es representado como una rueda (*chakra* en sánscrito) de ocho o más radios. Es el símbolo budista más antiguo encontrado en el arte indio, aparecido en la era del rey budista Ashoka junto a las cinco primeras iconografías indias sobrevivientes después de la era de la cultura Harappa. Desde entonces todas las naciones budistas lo han usado como símbolo. En su forma más simple, es mundialmente reconocido como un símbolo del budismo.



El *dharmachakra* o rueda del dharma.

Significado

Los ocho radios representan el noble camino polifacético del budismo. Se dice que son puntiagudos para cortar la ignorancia.

Otros significados de las ocho puntas en el budismo son:

- La figura en su totalidad es un círculo (*chakra*) que representa la perfección de la enseñanza del *dharma*;
- El centro significa disciplina, la cual es esencial en la práctica de la meditación;
- El aro que une los radios, se refiere a la conciencia que sostiene todo el conjunto.

El mudrá (gesto de manos simbólico) correspondiente es conocido como *dharmachakra mudrá*.

El *dharma chakra* es uno de los *asta mangala* ('ocho símbolos auspiciosos') del budismo tibetano.

La rueda del dharma puede referirse también a la diseminación de las enseñanzas del *dharma* de país en país. En este sentido, el *dharma chakra* comenzó rodando desde India, siguió por Asia Central y luego llegó al Sureste Asiático y Este de Asia.

Múltiples giros de la rueda

Las escuelas mahaianas clasifican las enseñanzas budistas en giros de un esquema secuencial de desarrollo, en el cual Buda comenzó con simples enseñanzas y prosiguió con otras más complejas y difíciles. Estas fases son denominadas «vueltas de la rueda de la religión» (*dharmachakra pravartana*, en sánscrito).

Todos los budistas acuerdan en que el primer y original giro de la Rueda ocurrió cuando Buda enseñó los cinco sabios que se convertirían en sus primeros discípulos en el Parque del Ciervo en Sarnath. En memoria de esto, a veces la rueda del dharma se representa con un ciervo a cada lado.

Para el budismo theravāda, este fue el único giro de la Rueda, y los desarrollos posteriores de la doctrina budista que no aparecen en el Canon Pali o los *Agamas* no se aceptan como enseñanzas del Buda histórico.

Otras escuelas del budismo, como la *majajana* y *vashraiana* distinguieron «giros» posteriores. La cantidad específica varía. Para la primera escuela, el primer giro de la rueda del dharma es la enseñanza original del Buda Gautama, en particular las Cuatro Nobles Verdades que describe el mecanismo de la aprehensión, deseo, sufrimiento y liberación a través del Óctuple Camino; el segundo giro es la enseñanza de los sutras de la Perfección de la Sabiduría, textos fundacionales del budismo mahayana; y el tercero es la enseñanza del Tantra de Mahavairocana, texto fundacional del budismo tántrico.

Según otro esquema, el segundo giro de la *dharmachakra* es el Abhidharma, el tercero son los sutras mahayana de la Perfección de la Sabiduría, y el cuarto los Sutra de Yogacharya que el Tathagatagarbha enseñó.

Otros usos

En el estándar Unicode, se puede encontrar el *dharma chakra* con su forma de ocho puntas (卐). Se genera con la combinación de teclas U+2638.

En el Fuerzas Armadas de los Estados Unidos la rueda del *dharma* es la insignia militar de los capellanes budistas.

El emblema nacional de India es la rueda del dhama del león (capitel de Aśoka en Sarnath). La rueda también se encuentra en la bandera de la India, en sustitución del torno de hilar originalmente desplegado en la bandera partidaria del Congreso Nacional Indio.


En el jainismo, la rueda es venerada como un símbolo del *dharma*.

Es el símbolo principal en el templo budista del Shanti Stupa construido como uno de los monumentos mas bellos dedicados a la Paz Mundial en 1991.

Bibliografía

- Dorothy C. Donath (1971). *Buddhism for the West: Theravāda, Mahāyāna and Vajrayāna; a comprehensive review of Buddhist history, philosophy, and teachings from the time of the Buddha to the present day*. Julian Press. ISBN 0-07-017533-0..

Dharma-sastra

Hinduismo

Doctrinas
Niaíá • Vaisesika Sankhia • Yoga Mimansá • Vedanta Ágama • Tantra • Sutra Stotra • Aduaita
Vedas
Rig • Iáyur Sama • Átharva
Upanishad
Aitareia-upanishad • Brijad-araniaka Chandoguia • Gopalá-tapani Isha • Kali-santarana Katha • Kena Mandukia • Mukhia Muktika • Yoga-tattua
Épica
Majábharata • Ramaiana
Otras escrituras
Smriti • Sruti Bhagavad-guitá • Purana Sutras • Pancha-ratra Divia-prabandha • Dharma-sastra

Dharma śāstra es un género de textos sánscritos que hace referencia a los *śāstra* (escritos sagrados hinduistas) relacionados con el *dharma* (el deber religioso).

El voluminoso corpus textual de los *Dharmasastra* es producto de la tradición brahmánica en la India y representa el sistema escolástico tan elaborado de esta tradición. Debido a su sofisticada jurisprudencia, los *Dharma-sastra* fueron muy tenidos en cuenta por los primeros administradores coloniales ingleses como ley de administración del territorio para los hinduistas indios.

Desde entonces, ha ido de la mano con las leyes indias a pesar del hecho de que su contenido tiene mucho más en común con la vida religiosa que con la ley. De hecho, la separación entre religión y ley en el *Dharma-sastra* es completamente artificial.

El *Dharma-sastra* tiene una gran importancia como una de las primeras tradiciones hindúes, como una fuente de derecho religioso que describe, en primer lugar la vida del ideal de "padre/madre de familia" y en segundo, como símbolo de la suma de conocimiento hindú sobre religión, ética y leyes.

Se considera las *Leyes de Manu* como uno de los más antiguos e importantes textos dentro de este género.

Contenido

La autoridad de los *Dharma-sastra* deriva de su referencia a los *Vedas* (himnos épico-mitológicos), aunque son muy pocos los contenidos extraídos directamente de los textos védicos. Los *Dharma-shastra* han sido dividido tradicionalmente en tres grandes temas:

- ***achara***: reglas de los rituales diarios, citas sobre los ciclos de la vida y obligaciones para cada una de las castas.
- ***viavajara***: procedimientos para resolver dudas sobre el *dharma* y normativa para la ley de acuerdo con los 18 estándares de la ley hindú.
- ***praiaschita***: expiaciones y castigos por la violación de las reglas del dharma.

Un catálogo más descriptivo de estos contenidos podría ser:^[1]

1. Fuentes del dharma
2. Castas
3. Ritos del ciclo de la vida, principalmente sobre el matrimonio
4. Períodos de la vida: *ashram*
5. Cinco grandes sacrificios: *majá-iagñá*
6. Reglas para la comida y la alimentación
7. Generosidad: *dāna*
8. Reglas para la renuncia: *sanniasa*
9. Obligaciones de un monarca
10. Procedimientos legales
11. 18 leyes fundamentales: *viavajara-pada*
12. Tipos de pecados
13. Expiaciones y penitencias
14. Karma
15. Ritos funerarios ancestrales *antieshti* y *sradha*
16. Peregrinaciones
17. Votos
18. Festivales
19. Ritos propiciatorios

Notas

[1] Según P. V. Kane: *History of Dharmaśāstra*.

Sutra (budismo)

Los *sutras* o *suttas* son mayoritariamente discursos dados por Buda o alguno de sus discípulos más próximos. Si bien se asocian principalmente al budismo, puede ser utilizada para designar escritos de otras tradiciones orientales, como el hinduismo.

Designa en el budismo los textos escritos en los que se exponen enseñanzas y preceptos relativos a las diferentes vías de conocimiento para alcanzar la “iluminación” o realización espiritual completa del ser humano. Transcurridos varios siglos tras la muerte de Buda, y para que no se perdiesen en la transmisión oral su enseñanzas, éstas son transcritas por sus seguidores en *sūtras*. Los más conocidos son el *Sutra del Loto*, el *Sutra de la Guirnalda* y el *Sutra del Diamante*.

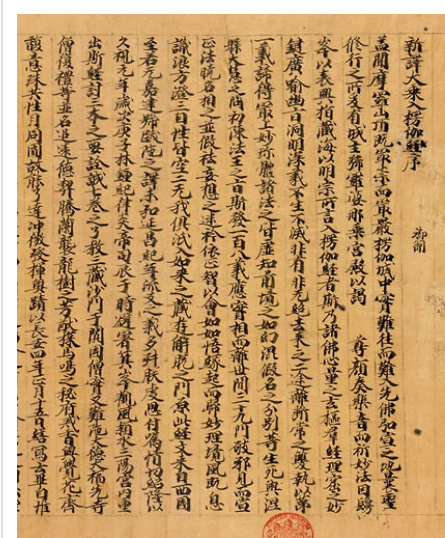
Etimología

El término proviene del sánscrito *sūtra* (सूत्र), que significa ‘cuerda’ o ‘hilo’. Así se designa por ejemplo al cordón sagrado (círculo de hilo de algodón que portan colgado del hombro izquierdo los brahmanes en la India).

Palabra de Buda

A todos los *sutras* —incluso aquellos que no salieron de boca de Buda—, se les considera *buddha vachana* (‘palabra de Buda’). En un principio, los discursos de Buda fueron organizados de acuerdo al estilo en el que eran expuestos; nueve primero, aunque más tarde se dividieron en doce:

- *Sūtra*: discurso en prosa
- *Geya*: discurso con prosa y verso mezclados
- *Vyākaraṇa*: explicación, análisis
- *Gāthā*: verso
- *Udāna*: diálogo inspirado
- *Ityukta*: comienzan con “He aquí lo que el Bhagavan dijo”
- *Jātaka*: historias de vidas anteriores
- *Abhutadharma*: concerniente a maravillas y eventos milagrosos
- *Vaipulya*: discursos extensos
- *Nidāna*: las enseñanzas son dadas dentro de sus circunstancias
- *Avadāna*: cuentos de hazañas
- *Upadesha*: instrucciones definidas a tener en cuenta



Lankāvatāra Sūtra, que cuenta el descenso de Buda a Sri Lanka.

Canon Pali (Tipitaka)

Sobre el año 83 a. C., durante el reinado del rey singhalá Vatta Gamani Abhaya, hubo un concilio durante el cual se estructuró toda la literatura budista de aquel momento. A aquella estructuración se la conoce como Canon Pali, quedando dividido en tres colecciones o canastas, el Tipitaka.

Vinaya Pitaka (Cesto de la Disciplina Monástica)

El Vinaya pitaka concierne principalmente a las reglas de la Sangha, en lo que se refiere tanto a monjes como a monjas. Las reglas son precedidas de historias, seguidas de explicaciones y análisis. Este Cesto o canasta se divide en tres partes:

- *Suttavibhanga*: comentarios sobre el Patimokkha, un código básico de reglas para monjes y monjas que no está incluido como tal dentro del Canon Pali.
- *Khandhaka*: otras reglas agrupadas por temas, en 22 capítulos.
- *Parivara*: análisis de las reglas desde varios puntos de vista.

Sutta Pitaka (Cesto de Discursos)

La segunda categoría es el Sutta pitaka (Sūtra Pitaka, en sánscrito). Consta principalmente de informes de las enseñanzas de Buda. El *Sutta Pitaka* tiene a su vez cinco subdivisiones o nikayas:

- *Digha Nikaya*: 34 discursos grandes. Algunos estudiosos argumentan que estos discursos fueron muy utilizados para realizar conversiones, por su gran proporción de debates y material devocional.
- *Majjhima Nikaya*: 152 discursos medianos. Parece ser que estos discursos estaban destinados a dar una base sólida en la enseñanza de los conversos, con una gran proporción de sermones y consultas.
- *Samyutta Nikaya*: Miles de pequeños discursos, repartidos en cincuenta grupos. Este Nikaya es el que tiene las explicaciones más detalladas de la doctrina.
- *Anguttara Nikaya*: Miles de pequeños discursos ordenados numéricamente del uno al once. Contiene la enseñanza más elemental para la gente común.
- *Khuddaka Nikaya*: Una colección variada de trabajos en prosa y en verso. El contenido de este Nikaya varía entre las diferentes ediciones del Canon Pali. La lista más utilizada contiene los siguientes:
 - *Khuddakapatha*: Nueve textos cortos, en prosa o verso. Hacían la función de guía de referencia para los novicios.
 - *Dhammapada*: 423 versos en 26 capítulos, por temas. En la tradición de Sri Lanka, los monjes deben conocer este libro antes de poder ser ordenados. En el sistema de exámenes de Birmania, este es uno de los textos contenidos en la primera etapa del programa de estudios.
 - *Udāna*: 80 pasajes cortos, mayoritariamente en verso, atribuidos a Buda, con historias introductorias.
 - *Itivuttaka*: 112 enseñanzas de Buda en prosa, seguidas por unos versos.
 - *Suttanipāta*: Poemas.
 - *Vimānavatthu*: 85 poemas hablando de las mansiones celestiales resultantes del buen *karma*.
 - *Petavatthu*: 51 poemas hablando del sufrimiento de los fantasmas resultante del mal *karma*. Explica que ofrecer regalos a los monjes puede beneficiarnos para no llegar a ese estado de fantasmas tras la muerte.
 - *Theragāthā*: 264 poemas atribuidos a monjes.
 - *Therīgāthā*: 73 poemas atribuidos a monjas.
 - *Jātaka*: 547 poemas relatando vidas anteriores de Buda.
 - *Niddesa*: Comentarios sobre algunas partes del Suttanipata. Atribuido a Sariputta, discípulo directo de Buda.
 - *Patisambhidamagga*: 30 tratados sobre diversos temas. Atribuido a Sariputta.
 - *Apadāna*: Unos 600 poemas, la mayoría contando como sus autores realizaron actos meritorios en vidas anteriores, resultando en renacimientos favorables, y eventualmente la entrada al nirvana.

- *Buddhavamsa*: Un libro de versos cortos, mayoritariamente hablando sobre las acciones meritorias de los anteriores 24 Budas y del Buda actual.
- *Cariyāpitaka*: 35 poemas hablando de la práctica de Buda de siete de las perfecciones en sus anteriores vidas.
- *Nettipakarana*: Este libro presenta métodos de interpretación. Atribuido a Kaccana, discípulo directo de Buda.
- *Petakopadesa*: Presenta los mismos métodos que el libro anterior. Atribuido también a Kaccana.
- *Milindapanha*: Un diálogo entre el rey Milinda y el monje Nagasena.

Abhidhamma Pitaka (Dhamma superior)

La tercera categoría, el Abhidhamma pitaka, es una colección de textos que dan una descripción filosófica sistemática de la naturaleza de la mente, la materia y el tiempo. La postura tradicional es que el Abhidhamma es la enseñanza absoluta, mientras que los sūtras son adaptados al oyente. La mayoría de los eruditos describen al *abhidhamma* como un intento por sistematizar las enseñanzas de los *sūtras*. Existen siete libros en el Abhidhamma Pitaka.

- *Dhammasangani*: Enumeración, definición y clasificación de los Dhammas.
- *Vibhanga*: Análisis de 18 temas por varios métodos, incluyendo los del Dhammasangani.
- *Dhatukatha*: Una interrelación entre ideas de los libros anteriores.
- *Puggalapapaññatti*: Explicaciones de tipos de personas, ordenados numéricamente del uno al diez.
- *Kathāvatthu*: Unos 200 debates sobre diversos puntos de la doctrina.
- *Yamaka*: Aplica a diez temas un curioso juego de preguntas.
- *Patthāna*: Análisis de 24 tipos de condiciones.

Clasificación de los Sūtras del Mahayana

Véase también: Categoría:Sutras mahayana.

Con el nacimiento del Mahāyāna a partir del siglo I a. C. irán surgiendo nuevos *sūtras*. Esto se explica por el nuevo enfoque salvífico que observó el Mahayana, en donde la figura de Buda pasa a tomar connotaciones atemporales y cósmicas; de manera que se entiende que su enseñanza será expresada en la realidad de diversas maneras tras el pase al nirvana del Buda histórico. Históricamente, el origen indio de los *sūtras* mahayanas será tenido como algo muy en cuenta a la hora de acometer su autenticidad y así que acabara siendo incluido en el Canon Mahayana. No obstante también surgirán un buen número de *sūtras* apócrifos tanto en chino como en tibetano que serán admitidos. Normalmente, los *sūtras* son de autoría anónima o desconocida, y su transmisión en el Mahayana ha sido fundamentalmente escrita y por vía del lenguaje sánscrito; el más utilizado por la diplomacia y el comercio desde India hacia el norte de Afganistán y China.

Se utiliza aquí la clasificación que ya existe de estos *sūtras* en tres grupos principales:

- Vaipulya sūtras
- Dhāranis
- Sūtras independientes

Vaipulyasūtras

Este grupo comprende una serie de *sūtras* extensos:

- Prajñāpāramitāsūtra (alcanzan el número de 38, algunos de ellos sumamente extensos. Los principales son: *Shatasāhasrikā*, *Panchaviṃśatisāhasrikā*, *Ashtadashasāhasrikā*, *Dashasāhasrikā*, *Ashtasāhasrikā*, *Sārdhadvisāhasrikā*, *Saptashatikā*, *Vajracchedikā*, *Adhyardhashatikā*, *Hridāya*, *Ratna Guna Samchaya Gāthā*, entre otros)
- Buddhāvataṃsakasūtra (compuesto por una serie de textos como el *Gaṇḍa Vyūha Sūtra* y el *Dashabhūmikasūtra*)
- Ratnakūṭasūtra (compuesto por una serie de textos como el Bodhisattvapitaka, el Kashyapaparivarta, el Pitāptrasamāgama, el Rāshtrapālāparipricchā, el Upālāparipricchā y el Sukhāvatīvyūha)

- Mahāparinirvāṇasūtra (compuesto por una serie de textos como el Mahāmagha y el Chaturdāraasamādhī)
- Mahāsamnipātasūtra (compuesto por una serie de textos como el Ākāśhagarbha y el Tathāgatamahākārunanirdesha)

Dharani

Son *sūtras* que contienen una charla ritual similar a un mantra. La raíz de sánscrita *dhara* significa 'mantener o sostener'. Tradicionalmente se ha pensado que la recitación sostenida de los *dharanis* protege de malas influencias a quien la realiza. A menudo toman la apariencia de la repetición de frases sin sentido; no obstante dependiendo de la tradición budista, a cada sílaba se le otorga un complejo significado simbólico relacionado con alguna enseñanza.

Sūtras independientes

Este grupo está compuesto por una serie de *sūtras* muy importantes:

- *Saddharmapundarikāsūtra*
- *Lankāvatāra*
- *Lalitavistara*
- *Samādhirājasūtra*
- *Suvarnaprabhāsottamasūtra*
- *Bhavasankrāntisūtra*
- *Shālistambasūtra*
- *Gandavyūhasūtra*
- *Kārandavyūhasūtra*
- *Karunāpundarikāsūtra*
- *Samdhinirmochasūtra*
- *Shūrangamasamādhisūtra*
- *Sukhāvatīvyūhasūtra*
- *El sutra en cuarenta y dos secciones*

El grupo de *sūtras* más influyente dentro de toda la literatura sagrada mahayana son sin duda los *sūtras* de la Prajnaparamita o "de la perfección de la sabiduría", compuestos en los primeros siglos de nuestra era.

Bibliografía

- Mizuno, Kogen: *Buddhist Sutras: Origin, Development, Transmission* (sūtras budistas: origen, desarrollo, transmisión). Kosei Publishing Company, 1982.
- Williams, Paul: *Mahayana Buddhism: The Doctrinal Foundations*. Routledge, 1989.

Enlaces externos

- Suttas en Bosque Theravada. ^[4] Selección de suttas del Canon Pali
- El sutra en cuarenta y dos secciones ^[1]
- Asociación Budista Reino del Dharma. ^[2] Sagrada Ciudad de los Diez Mil Budas

Referencias

[1] <http://www.buddhistbooks.info/spanish.html>

[2] <http://www.budismodrba.org>

Sutra del Corazón

El **Sutra del Corazón** (*Prajñāpāramitā Hṛdaya Sūtra*) o *Sutra de la esencia de la sabiduría* es un Sutra muy popular en la escuela budista Mahāyāna por su brevedad y profundidad. Se tiene como la más investigada de todas las escrituras budistas^[1] y la más popular.^[2]

Contexto

El Sutra del Corazón es uno de los textos que conforman la literatura Prajñāpāramitā (o de *Perfección de la sabiduría*) dentro del budismo Mahāyāna. Junto con el *Sutra del diamante*, se consideran lo más representativo de su género.

Consiste catorce Shlokas o versos en sánscrito (260 caracteres en la versión china, *Taisho Tipitaka Vol. T08 No. 251*^[3], *traducida por Xuanzang*). Esto le convierte en una de las versiones más abreviadas de los textos Prajñāpāramitā (o *Perfección de la sabiduría*), teniendo en cuenta que existen algunos ejemplos de unos 100.000 slokas.

Según Edward Conze el sutra pertenece al tercer de los cuatro periodos del canon Prajñāpāramitā, aunque al contener un mantra, se superpone al llamado período tántrico y se incluye en la sección tántrica en algunas secciones del Kangyur (canon budista tibetano).^[4]

El estudio del Sutra del Corazón se enfatiza en algunas tradiciones budistas del este asiático; su versión china es muy recitada en las ceremonias de las escuelas Zen en China, Japón, Corea y Vietnam. También es significativo en la escuela japonesa de budismo Shingon, cuyo fundador, Kukai, escribió un comentario sobre él. También el budismo tibetano le estudia en profundidad.

Este sutra es de los pocos no atribuidos a Gautama Buda. En algunas versiones chinas del texto, comenzando por la de *Fayue* del año 735,^[5] Buda confirma y canta las palabras de Avalokiteśvara.

En el texto se hace referencia a distintos conceptos budistas de los cuales se dice que son Sunyata (concepto budista del vacío), estos son, los Skandhas, los seis sentidos (ojo, oído,..., mente), las seis cualidades (forma, sonido,...), los Dhatus, la cadena de doce de la causalidad^[6] y las Nobles Verdades cuádruple, finalizando con un mantra.^[7]

Mantra

El mantra que incluye este sutra se canta en todas escuelas Mahāyāna. Aparece aquí transliterada en sánscrito y chino ya que su pronunciación es muy importante para su buen funcionamiento.

Sánscrito

Devanāgarī	Romanización	Pronunciación	Traducción
गते गते	<i>Gate gate</i>	[gəteː gəteː]	<i>Ir, ir</i>
पारगते	<i>Pāragate</i>	[pɑːrə gəteː]	<i>ir más allá</i>
पारसंगते	<i>Pārasaṃgate</i>	[pɑːrəsəŋ gəteː]	<i>ir mucho más allá</i>
बोधि स्वाहा	<i>Bodhi svāhā</i>	[boːdhi svɑːhɑː]	<i>recitar para despertar.</i>


Notas

- [1] Pine 2004, pg. 16
- [2] Pine 2004, pg. 18
- [3] http://www.cbeta.org/result/normal/T08/0251_001.htm
- [4] Conze 1960
- [5] Pine 2004 pg. 26
- [6] "La Cadena de Doce, de la causalidad esta integrada por: ignorancia, acto, conciencia, nombre y forma, seis órganos sensoriales (el sexto es la mente), contacto, percepción sensoria, deseo, apego, ser, nacimiento, y vejez y muerte."
- [7] Manual de Budismo Zen (http://books.google.com.ar/books?id=vpFi8C2IMwAC&printsec=frontcover&dq=Manual+de+Budismo+Zen&source=bl&ots=pAYPtIbR_h&sig=Iz8GyWrUxMgATRR-QYsNTGr_WvE&hl=en&ei=WtDtTLmIEMH48AbX_6iYDA&sa=X&oi=book_result&ct=result&resnum=6&ved=0CD4Q6AEwBQ#v=onepage&q&f=false), D.T. Suzuki, Editorial Kier, ISBN:978-950-17-1008-3, Páginas 22-25

Referencias

- Buswell, Robert E. (ed). *Encyclopedia of Buddhism* (2003) MacMillan Reference Books. ISBN 0-02-865718-7
- Conze, Edward. *Prajnaparamita Literature* (2000) Munshiram Manoharlal Publishers ISBN 81-215-0992-0 (originally published 1960 by Mouton & Co.)
- Pine, Red. *The Heart Sutra: The Womb of the Buddhas* (2004) Shoemaker 7 Hoard. ISBN 1-59376-009-4

Enlaces externos

-  Wikisource contiene obras originales de o sobre **Sutra del Corazón**. Wikisource

En la práctica

Debido a que puede ser leído en aproximadamente cuarenta minutos, el Sutra del Diamante es a menudo memorizado y cantado en monasterios budistas. Este Sutra ha conservado un alto grado de popularidad en la tradición budista Mahāyāna por más de un milenio, especialmente en Asia oriental, y lo que es más importante, dentro de la escuela de meditación (Zen/Chan/Seon/Thien) de Asia oriental, donde es extensamente recitado, enseñado y comentado, incluso en la actualidad. El texto resuena con un aspecto fundamental de la doctrina o praxis del Chan (Zen): el tema de la no-permanencia (no se debe confundir con el concepto de Impermanencia).

A menudo se dice en el Sutra del Diamante que si una persona logra poner en práctica al menos cuatro líneas del Sutra, será bendecido en gran medida.

Referencias



Notas

- [1] Sutra del Diamante, Sec. 8, Subsec. 5 金剛經，依法出生分第八，五：結歸離相
- [2] Manual de Budismo Zen (http://books.google.com.ar/books?id=vpFi8C2lMwAC&printsec=frontcover&dq=Manual+de+Budismo+Zen&source=bl&ots=pAYPtIbR_h&sig=Iz8GyWrUxMgATRR-QYsNTGr_WvE&hl=en&ei=WtDtTLmIEMH48AbX_6iYDA&sa=X&oi=book_result&ct=result&resnum=6&ved=0CD4Q6AEwBQ#v=onepage&q&f=false), D.T. Suzuki, Editorial Kier, ISBN:978-950-17-1008-3, Páginas 34-47


Bibliografía

- Thich Nhat Hanh: *The Diamond that Cuts Through Illusion: Commentaries on the Prajñāparamita Diamond Sutra*. Berkeley, CA, USA: Parallax Press, 1992 ISBN 0-938077-51-1

Enlaces externos

-  Wikimedia Commons alberga contenido multimedia sobre **Sutra del Diamante**. Commons
-  Wikisource contiene obras originales de o sobre **Sutra del diamante**. Wikisource
- Turn the pages (<http://www.bl.uk/onlinegallery/ttp/tpbooks.html>) of the British Library's copy of the Diamond Sutra.
- Diamond Sutra: English Translation, (<http://community.palouse.net/lotus/diamondsutra.htm>) by A. F. Price and Wong Mou-Lam
- Diamond Sutra - images of the original printed edition (<http://www.bl.uk/onlinegallery/sacredtexts/diamondsutra.html>)
- Streaming Audio of the Diamond Sutra Sung in English (<http://www.diamond-sutra.org>)

Abhidharma

-  Portal: Budismo. Contenido relacionado con **Budismo**.

Abhidharma (sánscrito; pali *abhidharma*; japonés *abidatsuma*): Tratado doctrinal y comentarios. Una de las tres divisiones del canon Budista, siendo las otras tres sutras y vinaya (reglas de disciplina monástica). Dharma significa la Ley de la enseñanzas de Buda y abhi literalmente significa, hacia, o encima. Abhidharma significa “encima de la Ley” y se refiere a comentarios sobre la Ley, esto quiere decir, estudios doctrinales de las enseñanzas del Buda o sutras. Entre los siglos IV y I a. C. divisiones aparecieron repetidamente dentro de la Orden Budista, resultando en la formación de veinte escuelas. Muchas de estas escuelas produjeron sus propias sistematizaciones doctrinales de los sutras, y estas fueron incluidas en el abhidharma.

La escuela Saravastivada, la más influyente de las escuelas Theravāda, produjo un número importante de trabajos abhidharma. Entre estos, *El Tratado sobre la Fuente de Sabiduría*, escrito por Katyayaniputra en el siglo II a. C., contribuyeron significativamente al desarrollo del pensamiento Sarvastivada y formaron la base para estudios más profundos. Unos doscientos años después, se terminó de completar un voluminoso comentario sobre el Tratado sobre la Fuente de Sabiduría llamado *El Gran Tratado del Abhidharma*.

Análisis del Tesoro del Dharma, por Vasubandhu (IV o V siglo DC), es a menudo considerado como el pináculo de la literatura abhidharma por que explica los dos trabajos anteriormente mencionados, reexamina doctrinas Sarvastivadas tradicionales, y cita los estudios de un número de otras escuelas, es por lo tanto una referencia fundamental para el estudio del abhidharma en general. Muy pocos manuscritos abhidharma en sánscrito existen hoy en día, muchos son conocidos por sus traducciones al chino. La actual escuela Theravada de Budismo Sureño tiene una colección de siete trabajos en pali que comprende el abhidharma de dicha escuela.

Sinapsis

La Alta ley es un estudio psicológico del funcionamiento de la mente, de imprescindible comprensión para la práctica de la meditación. La mente se halla en estado de shock permanente, lo que impide la liberación. De una forma muy resumida podemos dividir este funcionamiento en cinco fases.

La primera es la forma.

Cuando los sentidos detectan un estímulo, una luz en el caso de la vista o un sonido desde el oído, se provoca una especie de pánico subconsciente que debe de identificar este estímulo de inmediato. En el momento del contacto con el estímulo surge en nuestra mente la afirmación "ahí hay algo, que es diferente a mí. Luego eso no soy yo, ¿Me afecta? ¿Estoy en peligro? Es la forma de surgir el YO. Inmediatamente buscamos su forma, color, y cualquier atajo que nos ayude a identificarlo con nuestro banco de memoria. Una vez identificado el agente que provoca nuestro estímulo lo etiquetamos con un nombre y a partir de aquí dejamos literalmente de percibirlo. Ahora es pasto del yo.

La siguiente fase se llama de Sensación.

Aquí, ya con la etiqueta del nombre solamente decidimos si es bueno o malo para el Yo, que se ha hecho cargo de la situación. Aquí surge la dualidad grande, pequeño, pero siempre como referencia del yo, que en sí, lo que busca, es conocerse por medio de lo exterior. "Es pequeño, (más que yo) es blando (menos que yo)" y así sucesivamente.

La siguiente fase es llamada de Percepción.

El yo no se conforma con la dualidad, y ahora busca más detalles. Se abre un abanico de posibilidades entre la dualidad. Surge la gama. "Es un poco más alto que esto pero ligeramente más bajo que aquello". Como podéis deducir esta fase fascina al yo, porque lo define muchísimo más.

La siguiente es llamada el Intelecto

Todas estas fases suceden en milésimas de segundo y conforman paquetes de información, éstos paquetes surgen en nuestra mente consciente en forma de pensamientos. Surgen tan rápidos que no los podemos evitar. Yo lo comparo a una olla que hierve cuyas pompas son mensajes en un lenguaje etiquetado. Esta es la fase que se intenta acallar con

la meditación, comparada muchas veces a un mar o un estanque que hay que calmar. Esta fase es la que más conforma al Yo, ya que aquí se incluye lo bueno y lo malo, lo sano y lo enfermo de todo nuestro proceso.

La fase de la conciencia

Esta fase es la más consciente de todas. Aquí decidimos qué paquete de etiquetas queremos atender y cuál ignorar. Nosotros decidimos, o eso creemos, en donde ponemos nuestra atención, pero ojo, no sobre los estímulos, si no sobre las etiquetas. Santa Teresa le llamaba a esta fase "La mariposilla" que es una forma muy gráfica de entenderlo. Ignorando ciertos paquetes o atendiendo otros configuramos nuestro arquetipo de Yo, que de ninguna manera es parecido siquiera al yo de la fase anterior.

Las fases son casi instantáneas y no están delimitadas unas de otras, por poner otro ejemplo gráfico son como la mantequilla untada en el pan, que aún siendo de diferente naturaleza al mezclarse forman un conjunto. Las fases son llamadas Skandhas, que significa "Montones" y todo éste proceso se repite varias veces por segundo para cada estímulo que recibimos. Esto provoca un gasto enorme de energía, y nos somete a un estado de pánico subconsciente que no tiene otra función que dar vida a la idea de Yo.

La iluminación se provoca cuando logramos romper una fase, la que sea, y conseguimos identificarnos con el propio estímulo, destruyendo así la barrera entre lo de fuera, y YO, quedándonos con la unidad de la experiencia.

Fuentes

- The Soka Gakkai Dictionary of Buddhism ISBN 4-412-01205-0

Enlaces externos

- Abhidhamma Pitaka: Canasta de los Textos Superiores ^[1].

Referencias

[1] http://www.bosquetheravada.org/index.php?option=com_k2&view=item&layout=item&id=559&Itemid=189

Vinaya

Es una palabra Pali o sánscrita que significa 'disciplina'.

En los tiempos en que el Buda enseñaba, se desarrollaron 250 preceptos, que fueron denominados vinaya. La palabra vinaya quiere decir reglas de una orden religiosa, o reglas de acciones para disciplinar la mente.

El **Vinaya** es el marco textual para la comunidad monástica budista, o sangha. Las enseñanzas de Buda, o Buddhadharma pueden ser divididas en dos grandes categorías: 'Dharma' o doctrina, y 'Vinaya', o disciplina. Generalmente hablando la primera se ocupa de la teoría, y la segunda de la práctica, a pesar de que hay un cruce considerable entre las dos. Otro término para budismo es dharmavinaya.

En el corazón de **Vinaya** hay un conjunto de reglas conocidas como Patimokkha (Pali), o Pratimoksha (sánscrito). En la tradición Theravāda hay 227 reglas para los bhikkhus (monjes masculinos), 311 para las bhikkhunis (femeninas). Otras tradiciones tienen un número diferente de reglas, por ejemplo la orden Gelugpa del Tíbet sigue un vinaya originalmente perteneciente a la secta Sarvastivadin que tiene 253 reglas.

Alrededor de las reglas hay un rango de textos. Algunos de éstos explican los orígenes de las reglas - es posible trazar el desarrollo de las reglas de las respuestas a situaciones específicas o acciones de codificación general. Hay también un número de textos parecidos a sutta que son estatutos más generales acerca de la doctrina budista, o que dan detalles biográficos de algunos de los grandes discípulos y su iluminación. Otras secciones detallan cómo las reglas deben ser aplicadas, cómo las infracciones o incumplimientos deben ser tratados, y cómo las disputas entre los monjes deben ser tratadas.

Se cree que originalmente no había reglas y que Buda y sus discípulos sólo vivían en armonía cuando estaban juntos. La mayor parte del tiempo ellos vagaban solos, pero cada año, durante la época de monzones cuando viajar es imposible, los bhikkhus se reunían durante unos pocos meses. Como el sangha se hizo más grande y comenzó a aceptar gente de menor habilidad que permanecía no iluminada, comenzó a ser necesario instaurar reglas.

Parece que al principio eran bastante flexibles y se adaptaban a la situación. Para la época de la muerte de Buda había un cuerpo de reglas que se esperaba que los bhikkhus siguieran. En el Mahaparinibbana Sutta de Buda, como parte de su última enseñanza, cuenta a los bhikkhus que pueden abandonar algunas reglas menores, pero que deben perseverar con las principales, pero parece que había algo de confusión acerca de cuáles reglas eran principales y cuáles secundarias. Se decidió por lo tanto que seguirían todas las reglas. Inmediatamente después de la muerte de Buda hubo un concilio en el cuál todas las enseñanzas fueron recogidas, ordenadas y recitadas. La leyenda dice que el inmenso volumen de enseñanzas fue recitado de memoria, Ananda recitando los suttas y Upali recitando el Vinaya.

Enlaces externos

- Vinaya Pitaka: Canasta de la Disciplina ^[1].

Referencias

[1] http://www.bosquetheravada.org/index.php?option=com_k2&view=item&layout=item&id=512&Itemid=187

Zen

Zen	
	
Bodhidharma meditando. Xilografía impresa por Yoshitoshi, 1887.	
Nombre japonés	
Rōmaji	Zen
Hiragana	ぜん
Kanji	禪
Nombre chino	
Mandarín Hanyu Pinyin	Chán
Mandarín según Wade-Giles	Ch'an
Cantonés	Sim3
Wu	Zeu [zø]
Chino tradicional	禪
Chino simplificado	禅
Nombre coreano	
McCune-Reischauer	Sŏn
Hangul	선
Hanja	禪
Nombre sánscrito	
Romanización	Dhyāna
Devanāgarī	ध्यान
Nombre pāli	
Romanización	Jhāna
Devanāgarī	ज्ञान
Nombre vietnamita	
Quốc ngữ	Thiền
Hán tự	禪

El **zen** es una escuela del budismo mahāyāna. La palabra *zen* es la pronunciación en japonés de la palabra china *chan* (禪), que a su vez deriva de la palabra sánscrita *dhiana*, que significa ‘meditación’. Cabe destacar que el maestro

japonés Daisetsu Teitaro Suzuki iguala el *dhiana* con el *zazen*^[1] (en chino 坐禪 *zuòchán*, 'meditación sentado').

Apartándose del conocimiento teórico o intelectual, el zen busca la experiencia de la sabiduría más allá del discurso racional. Las enseñanzas de zen incluyen varias fuentes del pensamiento majaiana, incluyendo la literatura *Pragñā-paramitā* como el *Pragñā-paramitā-sūtra* y las enseñanzas de Yogacara y de la escuela tatha-gata-garbha.

El zen emergió desde distintas escuelas de budismo y fue registrado primero en China en el siglo VII, luego se dispersó hacia el sur a Vietnam y al este a Corea y Japón. Tradicionalmente se da el crédito de traer el zen a China a Bodhidharma, un príncipe convertido en monje proveniente de la Dinastía pallava (de India del Sur), que llegó a China para enseñar una «transmisión especial fuera de las escrituras, no encontrada en palabra o letras».

El zen es una de las escuelas del budismo más conocidas y apreciadas en Occidente. Con el popular nombre japonés *zen* suele aludirse en realidad a un abanico muy amplio de escuelas y prácticas de este tipo de budismo en toda Asia.

Origen del budismo zen

Como toda escuela budista, el zen tiene su raíz en la India, aunque sólo en China adquiere su forma definitiva. La palabra zen es la lectura en japonés del carácter chino *chán* (禪), que a su vez es una transcripción del término sánscrito ध्यान *dhyāna*, traducido normalmente como "meditación". La influencia de esta escuela llegó hasta Corea, en donde se llama *son*, y también hasta Vietnam, en donde se conoce como *thiền*. Nótese que los nombres antes mencionados (a excepción del sánscrito) son distintas pronunciaciones del mismo ideograma chino.

En los sutras del budismo mahayana se recomienda el cultivo del *dhyana* como la vía preferente para conseguir el nirvana.^[2] En su versión india, se observaba una progresión en distintos estados de la meditación o *jhanas*^[3] que se suceden en un cultivo gradual. El Chan chino le aporta como novedad la idea de un acceso directo y espontáneo al estado último y superior de todos ellos - aquel que precede inmediatamente a la experiencia del nirvana - sin necesidad de experimentar los anteriores, mediante vías de acceso espontáneas. El Chan es por antonomasia la tradición budista de la intuición y la espontaneidad.

El chan

El chan se desarrolló en China. Allí el budismo se asentó desde el siglo I. Al principio era una mera transposición del budismo indio, entre cuyas principales actividades estaba la traducción y el estudio de textos. Progresivamente se desarrollan varias escuelas del budismo, una de las cuales es la escuela *Chán*. Se considera que las formas tempranas del budismo *Chán* surgen en el siglo VI a partir de la influencia de diversos *sūtras* o textos sagrados del budismo mahāyāna, todos ellos de procedencia india, a los que más tarde se les añadirá una serie de apócrifos.

Entre estos textos principales está el *Prajñā pāramitā* (sección del canon del mahāyāna que contiene distintos *sūtras* famosos, como el "*del Corazón*" y el "*del Diamante*"), el *Despertar de la Fe* atribuido a Ásvaghoṣa, el *Sūtra de Vimalakīrti* o el *Sūtra del Lankavatara*. Un apócrifo fundamental en la tradición zen es "*El Sūtra de la Perfecta Iluminación*".^[4]

Aunque las prácticas Chan incluyen el estudio de los *sūtras* y otros textos, el carácter directo e intuitivo de este tipo de tradición budista los sitúa en un segundo plano, ya que no los considera capaces de provocar por sí solos el despertar. En cambio, se anima al discípulo a mantener su atención *en el momento presente*, confiando en la sabiduría innata de todo ser humano para realizar todo su potencial.

Esta noción procede del budismo mahāyāna, cuyos textos desarrollan la idea del *Tathāgatagarbha* o "matriz de la iluminación". Esta idea, implícita en la difusión de la *prajñā pāramitā*, se ampliará poco tiempo después con la aparición de diversos *sūtras*. En su vertiente china, se subraya el carácter innato de la *budeidad* en todos los seres, lo cual ejercerá una influencia crucial en el budismo de todo el este y el sudeste asiático. La importancia radical en esta idea es que reconoce la posibilidad de que los laicos alcancen un nivel espiritual tan alto como el de un monje. Este concepto ha sido fundamental en la expansión del *mahāyāna* y, consecuentemente, también del zen.

En China el Chan se desarrolla bajo la influencia de varias escuelas centradas en el estudio, como la de *Tiāntái* o la de *Huáyán*. Estas escuelas harán surgir un nuevo estilo de práctica y de enseñanza, centrado en una vía intuitiva y directa que pretende propiciar cierto estado mental (el *Samādhi* o *Kenshou*) previo al completo despertar espiritual o *nirvāṇa*.

Por lo tanto, este nuevo tipo de budismo se centra en el cultivo de la mente o meditación, cuya traducción china es la palabra *chán*. En chino, a esta escuela se la llama directamente "Escuela de meditación" (Escuela del Chan). El resto de escuelas dedicaban buena parte de su tiempo al estudio de textos, ya que consideraban que su lectura entrañaba la acumulación de méritos para el despertar.^[5] La escuela del Dhyana estableció un nuevo enfoque, en el que el cultivo de la propia mente se convierte en el centro de la práctica budista.

Expansión



Estatua a la entrada del monasterio Shaolin de Henan.

Maestros de budismo Chán
• Sēngcàn (僧璨) (conocido como <i>Kanchi Sosan</i> en Japón).
• Huìnéng (慧能) (<i>Daikan Enō</i> en Japón).
• Mǎzǔ (馬祖) (<i>Baso Do-itsu</i> en Japón).
• Huángbò (黃檗) (<i>Ōbaku</i> en Japón).
• Línjì (臨濟) (<i>Rinzai Gigen</i> en Japón).
• Wúmén (無門) (<i>Mumon Ekai</i> en Japón).
• Shítou (石頭) (<i>Sekitō</i> en Japón).
• Yúnmén (雲門) (<i>Ummon Bun'en</i> en Japón).
• Dānxiá (丹霞) (<i>Tanka Shijun</i> en Japón).
• Dòngshān (洞山) (<i>Tōzan Ryōkai</i> en Japón).
• Bǎizhàng (百丈) (<i>Hyakujo Ekai</i> en Japón).
• Bùdài (布袋, <i>Hotei</i> en Japón).
• Xuánzàng (玄奘).

• Xūyún (虛雲) (contemporáneo).
• Kōdō Sawaki (japonés: 沢木興道, <i>Sawaki Kōdō</i>).
• Taisen Deshimaru (弟子丸泰仙) (contemporáneo).

Todas las escuelas del zen tienen su origen en los patriarcas del Chan, que a su vez están ligados a las enseñanzas de los antiguos maestros budistas de India, como Gautama, Kasyapa, Ananda y Nāgārjuna. Los relatos de estos patriarcas son un referente constantemente utilizado en el estudio y la práctica en todas las escuelas.

Desde China, el budismo Chan se extendió con éxito a los actuales Corea, Japón y Vietnam. En otros sitios, como el Tíbet, se dice que estuvo implantado durante cierto tiempo, pero acabó desapareciendo. No obstante, parece ser que la influencia budista en la parte norte del continente dejó su huella en los Himalayas, y hay algunos estudiosos que subrayan conexiones tanto históricas como de transmisión de textos entre el Chan y algunas prácticas tibetanas, como el *dzyan*.

Escuelas

Durante los primeros tiempos del budismo Chán coexistieron varios métodos de meditación, en donde prevalecía un tipo de contemplación directa del mundo y de la propia mente que la persona realizaba en cualquier situación. Estos métodos del budismo Chán se ven pronto influenciados de distinta manera por las ideas filosóficas del taoísmo. A su vez, el taoísmo también se verá influenciado por la nueva religión budista. Esa fusión fue posible heredando aspectos principales de otras escuelas, como la importante Escuela Budista del Tiantai, fundada por el maestro Zhìyì (*Chi-I*). Con el maestro Zhìyì encontramos ya una perspectiva inmediata de la liberación. Sus tratados sobre "*La Gran Calma y Contemplación*" influirán durante siglos al resto de escuelas y sus ideas serán centrales a la hora de entender el proceso de significación del budismo que posibilitará el nacimiento del *Chán*.

Otra escuela influyente en la génesis del Chán fue la escuela *huáyán*, hoy desaparecida. Reconocida por algunos historiadores como la escuela mahāyāna más sofisticada que ha existido, su compleja cosmovisión y su manejo de las ideas de naturaleza búdica o interdependencia no desaparecerán con ella, sino que se verán recogidas de distintas formas por otras escuelas, entre ellas la *Chán*. El trabajo principal alrededor de esta escuela es sin duda el "*Sūtra del Avataṃsaka*", un complejo texto definido por Daisetsu T. Suzuki como la cumbre literaria del budismo *mahāyāna*.

Por último, la *Escuela de la Tierra Pura* influirá enormemente en el zen, aunque de manera un poco más tardía. La *Escuela de la Tierra Pura* es de hecho la escuela propiamente china más antigua del *mahāyāna*, aunque en sus inicios emergió de textos del budismo indio. Con el transcurrir de los siglos, el *Chán* y la *Tierra Pura* se convertirán en las dos escuelas budistas más importantes del budismo chino. Finalmente incluso aparecerán fusiones en la práctica de ambos tipos de budismo. Un fenómeno similar, aunque en menor medida, ocurrirá en Japón con influencia de nombres importantes como Genshin.



Escultura china de Buda sentado en posición de meditación, de la época de la Dinastía Tang.

El caldo de cultivo del budismo presente en la formación del *Chán* fructifica de manera espectacular durante la dinastía Tang, llamada a menudo "La Edad de Oro" del budismo chino. Hasta entonces podemos hablar de la existencia de enseñanzas *Chán*, pero no propiamente de una escuela *Chán*. Dentro de la dinastía Tang ya se desarrollan completamente los métodos peculiares y especiales del budismo chan-zen. Estos métodos incluyen diálogos entre maestro y discípulo, la investigación de preguntas y la contemplación silenciosa. Se combinan un ambiente de protección imperial, especialmente bajo la emperatriz Wǔ, cierta bohemia de las clases acomodadas y vaivenes en la estabilidad social. Todo ello genera un ambiente de gran creatividad en el cual el budismo tiene un papel fundamental.

Evolución

Finalizada la dinastía Tang, la práctica *chán* entra en decadencia. Durante la dinastía Sòng aparece una reacción contemplativa que apuesta casi únicamente por el silencio y por una de esas técnicas en particular, la contemplación silenciosa (en chino: *tsao-tung*), que consiste en que el discípulo medita sentado para descubrir su propia naturaleza. Más tarde, en Japón, a esta contemplación silenciosa china se le llamará *zazen*, que es hoy la práctica zen más conocida en Occidente.

En el siglo XI el budismo chan ya estaba completamente asentado en China, donde poseía una vasta red de templos y monasterios y se había convertido, junto a la Escuela de la Tierra Pura, en la enseñanza principal. Debido al constante flujo histórico de intercambios culturales con Japón y otros países se crearon nuevas escuelas como derivación de las chinas. Por otro lado, hay que señalar que aunque en cada país el zen creaba sus peculiaridades, la comunicación entre las escuelas zen en los distintos países ha sido frecuente y continua en el tiempo, ayudada por ese fuerte vínculo histórico común.



El maestro Chinul.

Bodhidharma



Bodhidharma, primer patriarca del budismo Chán.

De acuerdo con los relatos tradicionales, el *dhiana* llegó a China de la mano de un monje indio llamado Bodhidharma (Daruma Taishi en japonés) alrededor del siglo VI. Era el 28.º sucesor en una línea de transmisión de enseñanza que la tradición remonta hasta Kaśyapa, discípulo de Buda. De acuerdo con el *Registro jǐngdé de transmisión de la lámpara* se embarcó alrededor del año 520 d. C. en un viaje que le llevó al reino de Liáng, ubicado al sur de China. En ese reino, durante un famoso intercambio con el emperador Wǔ, declaró que las buenas acciones hechas con intenciones egoístas eran inútiles para lograr la iluminación. Más tarde se dirigió a un monasterio cerca de Luòyáng, en el este de China y, de acuerdo con la leyenda, estuvo

meditando frente a la pared de un acantilado antes de aceptar discípulo alguno. Finalmente, falleció en el templo Shàolín de la montaña Sōng (嵩山少林寺), la más alta de las Cinco Montañas Sagradas, en el condado Dēngfēng (provincia de Hénán), en China.

Como héroe cultural legendario, a Bodhidharma también se le vincula al templo Shàolín y la consiguiente difusión de las artes marciales de Asia oriental, especialmente en la tradición oral de escuelas de Gōngfū y Tàijíquán, así

como en los populares trabajos de ficción del género wǔxiá. No obstante, hoy se sabe con certeza que las artes marciales no estuvieron presentes en el budismo chino ni en el templo de Shàolín hasta bastantes siglos después. Del mismo modo, también hoy se sabe que Bodhidharma no estuvo literalmente "frente a un muro", sino que hablaba de un muro como un estado de la mente. Los descubrimientos y traducciones contemporáneas arrojan una mayor claridad sobre los orígenes de esta escuela budista.

La línea de sucesión zen

Bodhidharma es, según la leyenda, el 28.º patriarca del linaje del budismo zen, al que seguirían seis patriarcas más, el último de los cuales fue Huìnéng. Con Huìnéng se acaba la línea del patriarcado zen, pero no la línea sucesoria del zen. Desde Huìnéng se extiende una completa genealogía que liga maestros, enseñanzas y monasterios hasta llegar a los tiempos actuales. En los monasterios chinos o japoneses estos complicados árboles genealógicos suelen ser todavía algo común.

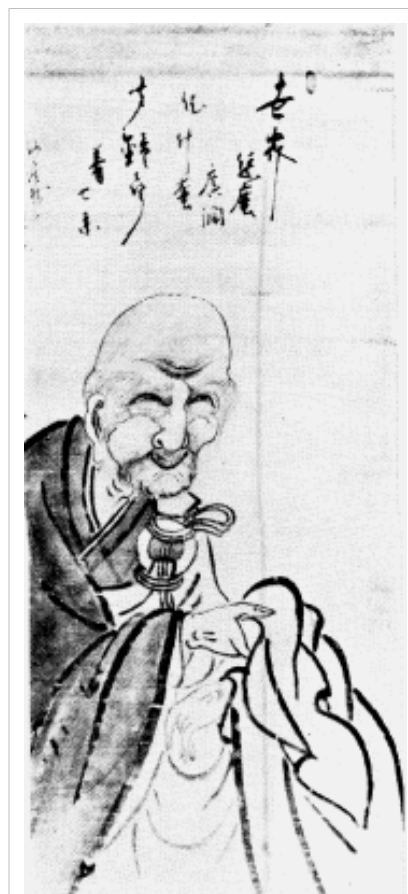
Zen: la tradición en Japón

Históricamente los monjes japoneses viajaban con frecuencia a China para recibir la transmisión de nuevas enseñanzas de los maestros chinos. De vuelta a su tierra y con esa herencia de autoridad, extendían las prolongaciones de las escuelas y enseñanzas que habían conocido en el continente. Con el tiempo adquirían su propia personalidad japonesa. Esto, en realidad, es buena parte del patrón cultural del Japón, en donde la influencia China es totalmente central para entender su cultura y religión. Así las dos escuelas principales del budismo chan chino llamadas *línjì* y *cádòng* verán su paralelo japonés en sus respectivas dos escuelas principales del budismo zen japonés: *rinzai* y *soto*. Las principales escuelas del budismo zen propiamente japonés son rinzai, sōtō y obaku. Se distinguen por su especialización en distintas técnicas chinas de meditación como el koan o el zazen.

Zazen

Véase también: Kinhin.

El *zazen* (坐禪 *zuochan* en chino) es un tipo de meditación de las escuelas chán adoptado en Japón por la escuela *soto* japonesa. Esta técnica de meditación, es una de las prácticas más conocidas en Occidente del zen. La difusión de esta forma de zen en Europa suele atribuirse al japonés Taisen Deshimaru, de ahí que sea más conocida por su nombre en ese idioma.



Típica ilustración japonesa sobre un maestro zen.



El Buda de Kamakura (1252).

El zazen es la práctica en la clásica postura del Buda sentado en posición del loto. A menudo se ve esta posición en estatuas de Buda por todo Oriente: un hombre tranquilo con los ojos semicerrados, la espalda erguida, las piernas cruzadas en posición de "loto". En el zazen esto se suele hacer sobre un pequeño cojín redondo llamado *zafu* en japonés, que ayuda a bascular la columna.

Hay diferentes aproximaciones al zazen. Algunas postulan el flujo natural de la respiración y una posición cómoda, mientras que otras ponen especial énfasis en asegurar físicamente una postura correcta. Las primeras son sin duda las más tradicionales y que más aparecen en los textos históricos. Entre aquellas que enfatizan el componente físico encontramos la del monje japonés Taisen Deshimaru, quien a partir de 1970 extenderá una red de centros por toda Europa y que aún hoy es la forma mayoritaria de conocer el zen en Occidente. La regulación de la respiración y la postura de la columna, piernas y manos son esenciales.

No obstante, aunque en el tema físico haya diferentes enfoques, en la aproximación doctrinal al zazen las diferencias casi no existen. Se requiere una atención constante pero tranquila por parte del practicante. El pensamiento se libera, ni piensa ni deja de pensar. Se deja pasar. No adhiere ni rechaza, como si las ráfagas mentales fueran nubes que atraviesan el cielo sin dejar rastro. Esta tranquila y atenta contemplación llevará al seguidor a descubrir su naturaleza búdica «tal como cuando dejamos de remover el agua de un estanque podemos al fin ver el fondo».

En japonés a esta acción de sentarse se le llama *shikantaza*, que junto al *mushotoku* o ausencia de intención, se conforma así una disposición en la práctica budista en donde se implica por sí misma la existencia de la "iluminación" ahora mismo; es decir en la comprensión de esa misma disposición. Es decir, es una enseñanza en donde el simple hecho de sentarse es ya un acto de armonía plena, de convertirse en Buda. Por tanto es práctica y enseñanza a la vez. Es también llamada la práctica de la no-práctica. El principal exponente japonés de esta enseñanza es sin dudas el monje Dōgen, cuya obra principal *Shobogenzo* viene a ser la guía fundamental de práctica y enseñanza de la escuela soto.

Koans

En el budismo zen japonés, la otra escuela principal, llamada rinzai, está especializada en los llamados *koan*. *Koan* es la lectura japonesa de la palabra china *gōng'ān* (literalmente 'caso público'). En origen hacían referencia a diálogos y sucesos entre maestro y discípulo que eran registrados de manera escrita. Los más famosos son los de Huineng, sexto patriarca del Chan. Ya en Japón, la escuela Rinzai los compilará y ampliará, y, siguiendo la tradición china, los usará como técnica de meditación y no sólo de mera reflexión y enseñanza. Un *koan* puede ser una pregunta sin aparente sentido. Uno famosa es «¿cuál es el sonido de una sola mano que aplaude?» o «¿cuál era tu rostro original antes de nacer?». El practicante investigará este tipo de pregunta con una concentración total hasta que su razonamiento conceptual quede erradicado, y así pueda surgir *pragñā*, la sabiduría intuitiva. Esto ocasionará un despertar (en japonés: *satori*, o *kensho*) a su naturaleza búdica, la iluminación.



Carácter chino para "ninguna cosa", en chino: *wú* (en coreano y japonés: *mu*). Representa el *koan* del Perro de Zhaozhou.

Thiền: la tradición en Vietnam

El budismo thi n (     thi n t  ng) es el nombre vietnamita para la escuela de budismo zen. Según cuenta la tradición de Vietnam, en 580, un monje de la India llamado Vinitaruchi (en vietnamita: T            ) viajó a Vietnam después de completar sus estudios con Sengcan, el tercer patriarca del zen chino.

Esta será la primera aparición del zen vietnamita, o budismo thien. La secta que Vinitaruchi y su único discípulo vietnamita fundaron será considerada como la rama más antigua del thien. Después de un periodo de oscuridad, la escuela vinitaruchi se transformó en uno de los grupos budistas más influyentes en Vietnam alrededor del siglo X, particularmente con el patriarca Van Hanh, quien murió en 1018. Otras escuelas vietnamitas de zen son la Vo Ngon Thong (V  Ng n Th  ng), asociada a las enseñanzas de Mazu, y la Thao Duong (Th  o Đ    ng), que incorpora las técnicas de canto *nianfo*. Ambas fueron fundadas por monjes chinos. La escuela Truc Lam (Tr  c L  m) fue fundada por un rey vietnamita y evidencia una gran influencia del confucianismo y de la filosofía taoista. En el siglo XVII un grupo de monjes chinos liderados por Nguyen Thieu (Nguy  n Thi  u) establecieron una nueva y vigorosa escuela, la lam te (l  m t  , pronunciación vietnamita de *l  ny *). Una rama de ésta es la escuela Lieu Quan (Li  u Qu  n), fundada en el siglo XVIII y predominante en el zen vietnamita actual.

El más famoso practicante de Budismo Thi n sincronizado en Occidente es Th  ch Nh  t H  nh, autor de numerosos libros sobre el zen.

El zen en Occidente

Hasta el siglo XIX se sabía poco del budismo en Europa a excepción de los comentarios que los misioneros cristianos habían realizado desde el siglo XVI. En sus descripciones se encuentran las primeras impresiones sobre el budismo de Japón y China. Si bien a través de esto llegaron descripciones sobre rituales y comportamiento, no llegaron apenas comentarios más detallados sobre temas doctrinales o de prácticas de meditación. La inquisición efectuó un severo control sobre todo este material, aunque la influencia de las prácticas contemplativas del zen es visible en destacados personajes del cristianismo de aquel tiempo, especialmente jes itas^[6]

No será casi hasta la entrada del siglo XX, cuando la enseñanza y práctica del zen definitivamente aterriza en Occidente de manera abierta. En 1893 se celebra en Chicago el Parlamento mundial de las Religiones, en donde el monje Shaku Soy n, imparte una charla llamada «La ley de causa y efecto como fue enseñada por Buda». Esta charla fue traducida por Daisetsu Teitaro Suzuki, quien sería recomendado por el mismo Soy n a Paul Car s para traducir textos del sánscrito, pali, japonés y chino. Suzuki empez a una amplia actividad difusora del zen, primero como profesor de universidad y posteriormente como conferenciante y escritor alrededor del mundo. Influenci  a nombres claves de la intelectualidad europea, desde Einstein a Jung, pasando por Heidegger, Picasso, y un innumerable repertorio de figuras indispensables de la historia moderna. Suzuki un a la erudición en idiomas a la comprensión y realización personales, lo que ha hecho de su legado una referencia del budismo en Occidente. Algunas de sus traducciones de gran complejidad, como la del *Sutra del Lankavatara*, siguen siendo de referencia en el ámbito académico, y sus obras más populares como *Ensayos sobre el budismo zen* han sido leídas por casi todas las personas que han querido adentrarse en el conocimiento de esta tradición budista. A su muerte, los principales templos de todo Japón quemaron incienso en su honor.

A mediados del siglo XX, y en medio de la contracultura de la generación beat, aparecen de manera más o menos masiva muchos practicantes occidentales tanto en Europa como en norteamérica. Nombres como Alan Watts, Shunryu Suzuki o Philip Kapleau, establecerán al zen en Occidente como una influencia ya del todo visible. Desde entonces y al igual que ocurre con el resto de las tradiciones budistas, el zen en Occidente recorre un camino de mayor conocimiento sobre su origen histórico así como definiendo aspectos propios para encajar mejor en la cultura occidental. Numerosas escuelas se han ido estableciendo tanto en Europa como en Estados Unidos y Australia. En



La gran estatua de Buda en Nha Trang (Vietnam).

Europa destaca la red de centros fundados por el japonés Taisen Deshimaru, de la tradición Sōtō. En Estados Unidos se han implantado centros y monasterios de Rinzaï y Sōtō. Al mismo tiempo, se ha implantado el zen de otros países como Corea por vía de la escuela chogye.

Actualmente, el zen es la práctica budista que tiene más seguidores en Occidente.

Arte zen

- Hanshan Poesía chan
- Haiku Poemas
- Sumi-e Pintura y caligrafía con tinta
- Ceremonia del té japonesa Cha-No-Yu
- Ikebana Arte Floral
- Shodō
- Jardín zen Karesansui
- Noh
- Origami Decoración con papel
- Budō (Artes marciales con base espiritual).
 - Kyudo Camino del arco
 - Kendō Camino de la espada
 - Karate Do, camino de la 'mano vacía'
 - Aikido Camino de la unión con la energía/ espíritu universal
 - Gendai budo, conjunto de las artes marciales tradicionales japonesas modernas



Jardín Zen en el templo de Komyozenji, en Dazaifu (Japón).

El zen en el cine

- *Sabiduría garantizada* (Erleuchtung garantiert), de Doris Dörrie, 2000, Alemania.^[7]
- *¿Por qué marchó el Bodhi-Dharma al Oriente?*, de Yong-Kyun Bae (1989), Corea del Sur.^[8]
- *Primavera, verano, otoño, invierno... y primavera*, de Kim Ki-duk (2003) Alemania, Corea del Sur.^[9]
- *Un Buda*, de Diego Rafecas (2005), Argentina.^[10]


Referencias

- [1] Daisetsu Teitaro Suzuki: *Introducción al budismo zen*, (http://books.google.com/books?id=WyoL1IkaBfgC&pg=PP1&dq=iniaciacion+al+budismo+zen+D.T.+SUZUKI&hl=en&ei=w_7vTf1cwpO3B4LRzJJ&sa=X&oi=book_result&ct=result&resnum=1&ved=0CC0Q6AEwAA#v=onepage&q&f=false) capítulo VIII, página 126. ISBN 950-17-1014-9. Consultado el 9 de junio de 2011.
- [2] *The Formation of Ch'an Ideology in China and Korea: The Vajrasamadhi-Sutra, a Buddhist Apocryphon*. Buswell, R. Princeton 1989.
- [3] Nombre en lenguaje Pali para dhyana.
- [4] En el budismo *mahāyāna* se considera que el origen indio de un texto es principal a la hora de acometer su consideración como sagrado. Sin embargo, ha habido numerosas excepciones, y al hablar de apócrifos no hay que entender que sean textos exógenos a la tradición, sino simplemente que su origen no es indio.
- [5] *Buddhism in China*. Kenneth Kuan. Princeton University Press, 1992
- [6] Heinrich Dumoulin: *Zen buddhism: a history*. MacMillan, 1994.
- [7] «LA BUTACA - Sabiduría garantizada (Erleuchtung garantiert) (<http://www.labutaca.net/films/1/sabiduri.htm>)».
- [8] Ficha en IMDB (<http://www.imdb.com/title/tt0097195/>)
- [9] Ficha en IMDB (<http://www.imdb.com/title/tt0374546/>)
- [10] «Un buda - cinenacional.com (<http://www.cinenacional.com/peliculas/index.php?pelicula=3673>)».

Bibliografía

- Bovay, Michel; Laurent Kaltenbach y Evelyn de Smedt: *Zen. Práctica y enseñanza; historia y tradición; civilización y perspectivas*. [1999]. Barcelona: Kairós, 3.^a edición, 2005. ISBN 978-84-7245-391-3.
- Brosse, Jacques: *Los maestros Zen*. Palma de Mallorca: Olañeta, 1999. ISBN 84-7651-776-9
- Castro Sánchez, Aigo: *Las enseñanzas de Dôgen*. Barcelona: Kairós, 2002. ISBN 84-7245-515-7
- Chang C. C. Garma: *La práctica del Zen*. Barcelona: Dipankara, 2011. ISBN 978-84-937843-3-1
- Comunidad Budista Sôto Zen. *Budismo. Historia y doctrina*. Madrid: Miraguano.
- 1. *Volumen I: Los orígenes del budismo*, 2006. ISBN 978-84-7813-296-6
- 2. *Volumen II: El gran vehículo mahâyâna*, 2007. ISBN 978-84-7813-309-3
- 3. *Volumen III: El zen*, 2009. ISBN 978-84-7813-342-0
- Deshimaru, Taisen. *Za-Zen: la práctica del zen*. Barcelona: Cedel, 1976. ISBN 84-352-0437-5
- Huineng: *Sûtra del estrado* (Tanjing), edición bilingüe con el texto de Dunhuang (s. VIII), traducido del chino por Laureano Ramírez Bellerín. Barcelona: Kairós, 2000. ISBN 84-7245-460-6
- Izutsu, Toshihiko. *Hacia una filosofía del budismo zen*. Madrid: Trotta, 2009. ISBN 978-84-8164-977-2
- Jung, Carl Gustav. *Obra completa: Volumen II. Acerca de la psicología de la religión occidental y de la religión oriental. XIII. Prólogo al libro de D. T. Suzuki La Gran Liberación. Introducción al budismo zen (1939/1958)*. Madrid: Trotta, 2008. ISBN 978-84-8164-902-4/ ISBN 978-84-8164-907-9
- Manrique, María Eugenia. *Pintura zen. Método y arte del sumi-e*. Barcelona: Kairós, 2006. ISBN 978-84-7245-621-1
- Kumārajīva (siglo V): *Sûtra de Vimalakīrti*, traducido del chino por Laureano Ramírez Bellerín. Barcelona: Kairós, 2004. ISBN 84-7245-550-5
- Suzuki, Daisetsu Teitaro. *¿Qué es el zen?*. Madrid: Losada, 2006. ISBN 84-96375-18-8
- —, y Erich Fromm: *Budismo zen y psicoanálisis*. [1960]. México: Fondo de Cultura Económica, 15.^a reimpresión, 2003. ISBN 968-16-0624-8
- —. *Ensayos sobre budismo Zen* {3 volúmenes}. Buenos Aires: Kier. ISBN 950-17-1011-4/ISBN 950-17-1012-2/ISBN 950-17-1013-0
- —. *Introducción al budismo Zen* (<http://books.google.es/books?id=WyoL1IkaBfgC&lpg=PP1&hl=es&pg=PP1#v=onepage&q&f=false>). Buenos Aires: Kier, 2003 [8.^a edición]. ISBN 950-17-1014-9. Ediciones Mensajero: Bilbao, 1979/2006. [4.^a edición]. ISBN 978-84-271-0779-3
- —. *Manual de budismo Zen*. Buenos Aires: Kier, 2003 [4.^a edición]. ISBN 950-17-1008-4
- —. *El buda de la luz infinita: las enseñanzas del budismo shin*. Barcelona: Paidós, 2001. ISBN 84-493-1132-2
- —. *El ámbito del Zen*. Barcelona: Kairós, 2000 [1.^a edición, 3.^a impresión]. ISBN 84-7245-127-5
- —. *El Zen y la cultura Japonesa*. Barcelona: Paidós Ibérica, 1996 [3.^a impresión]. ISBN 84-493-0239-0
- —. *La doctrina Zen del inconsciente: significado del sutra de Huinen G*. Buenos Aires: Kier, 1993. ISBN 950-17-1009-2
- —. *Budismo Zen*. Barcelona: Kairós, 1993. ISBN 84-7245-275-1
- Suzuki, Shunryu: *Mente zen, mente de principiante*. Buenos Aires: Troquel, 1994. ISBN 950-16-0212-5
- Thibaut, Stéphan Kosen: *Zen, la revolución interior*. Buenos Aires: Troquel, 1996. ISBN 950-16-0354-7
- Vega, Amador: *Zen, mística y abstracción. Ensayos sobre el nihilismo religioso*. Madrid: Trotta, 2002. ISBN 84-8164-396-3
- Watts, Alan: *El camino del zen*. Barcelona: Edhasa, 2003 [2.^a edición]. ISBN 84-350-2714-7

Enlaces externos

-  Wikimedia Commons alberga contenido multimedia sobre **Zen**. Commons
- Centros Zen del mundo: Índice de países (http://iriz.hanazono.ac.jp/zen_centers/country_list_e.html)
- Budismo en el mundo (<http://www.budismo.cl/dir/>)
- Federación de comunidades budistas de España (<http://www.federacionbudista.es/>)
- Budismo en España (<http://www.budismo.cl/dir/espana.html>)
- DMOZ - Budismo Zen (<http://dmoz.org/World/EspaÃ±ol/Sociedad/ReligiÃ³n/Budismo/Zen/>) Centros de Zen en América Latina y España.
- Biblioteca Baolin (http://www.baolin.org/biblioteca_baolin.html) Textos sobre la historia y la práctica del chan 'zen chino'.
- Origen y desarrollo del Zen (http://www.oshogulaab.com/ALANWATTS/textos/WATTS_Origen_desarrollo_del_Zen .html) Según Allan Watts
- Bodhidarma: Sermón del despertar (<http://www.oshogulaab.com/ZEN/TEXTOS/SERMONDESPERTAR.html>)
- Redcientífica: ¿Qué es el Budismo Zen? (<http://www.redcientifica.com/doc/doc200312017001.html>)
- Zen y budismo zen: Grandes maestros y textos (<http://www.oshogulaab.com/ZEN/TEXTOS/LISTADOTITULOSZEN.htm>)
- La práctica del zen según Taisen Deshimaru (<http://www.es.dojozenbarcelona.org/que-es-el-zen>)

Kenshō

El *kenshou* (literalmente 'ver la naturaleza' en japonés) es un concepto importante del budismo zen. Se puede traducir como 'despertar, iluminación o autoconocimiento'. Designa para el individuo la realización de su propia naturaleza, es decir, la naturaleza de Buda. El *kenshou* indica un despertar preliminar al despertar completo del *satori*. Kenshou no es un estado permanente de iluminación, sino más bien un guiño puntual de la verdadera naturaleza de la existencia

Zazen

Zazen es la forma japonesa de la expresión china 坐禪 (zuòchán en pinyin, o tso-chan en Wade-Giles), que significa "meditar sentado" (*Za=sentarse, Zen=meditación*).

La palabra Zen proviene del sánscrito "dhyana" (atención plena al momento presente), que pasó a China, convirtiéndose en "Chan", y luego en Corea se transliteró fonéticamente en "Son", llegando finalmente a Japón, donde su transliteración es la actual palabra Zen.

Hoy en día muchas escuelas en occidente usan este término en su versión japonesa. Hay que recordar que el Zen es una forma de budismo, por lo que la meditación que emplea esta corriente es el zazen al igual que Theravāda emplea la Meditación Vipassana.

Descripción de la postura

Zazen es sentarse a "meditar" en la Posición de Loto del Yoga, según el Budismo Zen, como lo habría hecho el Buda histórico en el momento de su iluminación, tal como describen las estatuas de Buda meditativo:

- Para las piernas existen cuatro posturas que son las más aceptadas:^[1] la postura de loto completa (la más compleja de realizar) que requiere acostumbramiento o gran elasticidad del cuerpo, la postura de loto medio, que también requiere acostumbramiento, la birmana y por último la seiza, con la cual se puede usar un zafu para ayudar la postura de pies y cuerpo.
 - La postura de Loto es con las piernas cruzadas con ambas plantas de los pies mirando hacia arriba y apoyadas sobre su pierna contraria y con las rodillas apoyándose en el suelo.
 - La postura de medio Loto similar a la anterior pero con una pierna en el piso.
 - La birmana con ambos pies en el piso, en paralelo y plegados lo mas posible al cuerpo.
 - La Seiza que puede practicarse sentado de rodillas sobre los talones.
- La espalda derecha, desde la pelvis hasta la nuca
- La pelvis ligeramente basculada hacia adelante y las lumbares ligeramente arqueadas
- La nuca estirada y el mentón bien metido hacia adentro.
- Los hombros relajados y las manos juntas en el regazo, en el mudra de la sabiduría: los dedos de la mano juntos, una mano sobre otra, y con los pulgares tocándose las puntas. En las escuelas de Zen se pone la mano izquierda sobre la mano derecha.
- La mirada apuntando a 45° delante de uno, ojos semi cerrados, pero la vista relajada, sin enfocar en lo que tengamos delante.
- La boca cerrada, los dientes en contacto y la lengua tocando suavemente el paladar detrás de los dientes.
- La nariz alineada con el ombligo y las orejas con los hombros.
- Se recomienda balancear levemente el cuerpo de derecha a izquierda hasta encontrar el punto medio, y luego hacia adelante y hacia atrás para centrarse.

Practicar el ZaZen: Shikantaza

Shikantaza significa *estar simplemente sentado*. No se medita con ningún objeto, pensamiento o imagen.

Se concentra la atención y la actividad principalmente en la *expiración*, de manera que tiende a establecerse un ritmo lento de respiración abdominal en que la expiración es notoriamente más prolongada que la inspiración.

Simplemente estar sentado; no reflexionar; sencillamente respirar y no seguir activamente los pensamientos. No forzar los pensamientos, permitir que fluyan, no detenerse en ellos, dejar que aparezcan y se vayan. Los pensamientos van y vienen, depurando el contenido superfluo del inconsciente, hasta que la mente, entra en un estado de atención más sutil.

Influencia psicosomática del Zazen

- La postura corporal mejora. Se afianza la motricidad desde el centro de gravedad del cuerpo, a la altura de la pelvis.
- Desaparecen tensiones innecesarias, especialmente las derivadas de expresión o auto control en la cintura escapular (hombros y omóplatos) y cuello.
- Mejora el riego cerebral y la compenetración entre las tres capas del cerebro (instintivo, emocional, y córtex) y la conexión entre hemisferios.
- Se establece una respiración más lenta y profunda, integrando el abdomen en el movimiento del diafragma, consiguiendo una mayor y más equilibrada oxigenación de todo el metabolismo.
- Se crea una coordinación entre la expresión corporal y el pensamiento.
- Los pensamientos desordenados del subconsciente tienden a depurarse, como en una *digestión mental*.
- Se producen niveles de descanso metabólico y mental más profundos que durante el sueño corriente.
- Se flexibilizan partes del cuerpo como las caderas, ingles, lumbares, tobillos, rodillas (aunque se recomienda ser cauteloso con las rodillas al colocarse), y se permite la participación psicosomática de más partes del cuerpo en la configuración de sensaciones (integración emocional del cuerpo).

Mentalmente se tiende a dejar las actitudes de ansiedad. Se deja de ver las opiniones y descripciones como tajantes en presencia de un opuesto. Se produce una reintegración de la intuición y la herencia subconsciente, al tiempo que renovada apertura para hábitos o visiones nuevas.

El Zazen se considera una puerta a lo más profundo del ser y la llave a nuevas etapas de desarrollo de la conciencia. Al mismo tiempo se describe a veces como el método de devolver al cuerpo y la mente su condición natural.

Koan

Respecto de la palabra Koan (lectura en japonés de la palabra china *gong'an*) significa "caso público", y es una serie de diálogos entre maestro y discípulo, que puede contener una o varias preguntas que desafían la lógica o el sentido común, y se mantienen en la mente para producir lo que se conoce como "despertar", o la experiencia de "ver en la propia naturaleza".

Agotada por vanos esfuerzos, la mente alcanza un estado donde no hay conceptos, ni discriminación intelectual, y la realidad se percibe tal como es, libres de condicionamientos culturales, sociales o educativos.

Bibliografía de interés

- *Za Zen, la práctica del Zen*, de Taisen Deshimaru
- *La práctica de la concentración*, de Taisen Deshimaru
- *Qué es el Zen*, de Dokushô Villalba
- Descripción de las etapas de la conciencia en relación a las diferentes escuelas de meditación ^[2] por Ken Wilber
- *Buda, Las cuatro nobles verdades*, de Roberto Curto, Editorial Longseller. (libro de introducción al Budismo).
- *Introducción a la práctica de ZAZEN*, de Ricardo Dokyu, Editorial Kier.

Referencias

- [1] Aitken, Robert (1982). *Taking the Path of Zen*. San Francisco, USA: North Point Press. pp. 18. ISBN 0-86547-080-4.
[2] <http://oshogulaab.com/PSICOLOGIA/DesarrolloEspiritual.html>

Enlaces externos

- Sitio Web de la sangha del Maestro Kosen Thibaut en Buenos Aires (<http://www.zen-buenosaires.com.ar>)
- Como Practicar Zazen (<http://global.sotozen-net.or.jp/spa>) Escuela Budista Soto Zen - Página Oficial de la Sotoshu.
- La práctica de zazen según Taisen Deshimaru (<http://www.es.dojozenbarcelona.org/que-es-el-zen>)
- La práctica del zen - El Koan Mu (<http://sites.google.com/site/ohneistdasherzespagnol/video/la-practica-del-koan-mu-presentacion-similar-al-video>)

Kōan

Un **kōan** (公案; Japonés: *kōan*, del Chino: *gōng'àn*) es, en la tradición zen, un problema que el maestro plantea al novicio para comprobar sus progresos. Muchas veces el 'kōan parece un problema absurdo, ilógico o banal. Para resolverlo el novicio debe desligarse del pensamiento racional y aumentar su nivel de conciencia para adivinar lo que en realidad le está preguntando el maestro, que trasciende al sentido literal de las palabras.

Quizá el *kōan* más famoso es aquel en el que el maestro hace un palmoteo y dice: "*Este el sonido de dos manos, ¿cuál es el sonido de una sola mano?*" (según tradición oral atribuida a Hakuin Ekaku, 1686-1769, considerado el recuperador de la tradición de los *kōan* en Japón). Este *kōan* también es famoso en la cultura occidental por habersele dado un buen número de respuestas espurias o incorrectas tales como: chasquear los dedos, el silencio de mover una mano en el aire, darle una bofetada al profesor, poner la mano debajo de la axila para hacer ruidos ofensivos, etc.

Introducción

Los *kōan* se originan con los dichos y hechos de iluminados y figuras legendarias, generalmente aquellos que tienen autoridad para enseñar por descender de la línea de Bodhidharma. Los *kōan* reflejan la *iluminación* o *despertar* de tales personas, y tienen el propósito de desconcertar el pensamiento discursivo lógico-racional y provocar un shock mental que lleve a un aumento de conciencia (*despertar*). Los maestros zen, a menudo recitan y comentan *kōan*, y algunas veces se concentran en ellos durante sus sesiones de meditación. Los profesores pueden utilizar los *kōan* como una manera de sondear a los estudiantes acerca de sus progresos iniciáticos y comprobar si ya han tenido experiencias de entendimiento de la doctrina y de *despertar* (*Satori*). Las respuestas pueden ser orales pero también pueden ser gestos o acciones.

En la cultura occidental, un tanto ajena a las sutilezas de la filosofía oriental, a veces se encuentra el término *kōan* referido a preguntas que no tienen respuesta o a enunciados sin sentido. Sin embargo para un monje zen, un *kōan* no es algo que no tenga sentido, y los profesores zen aguardan una respuesta adecuada cuando formulan un *kōan*. Hay que aclarar que un *kōan* no es un acertijo, y aunque en la literatura hay respuestas ortodoxas, dependiendo de las circunstancias en que el *kōan* es formulado puede variar la respuesta apropiada. El maestro no está buscando que el discípulo sepa la respuesta correcta, sino evidencias acerca de sus progresos en la filosofía zen y la aplicación en su vida diaria.

Cómo no se resuelve un *kōan*

En la cultura occidental, el alumno aprende del profesor siguiendo el hilo de su discurso lógico, paso a paso. El maestro zen, por el contrario, exige un salto a su alumno, debe obtener un conocimiento inmediato por sí mismo. Por lo tanto los *kōan* nunca se resuelven siguiendo la lógica del enunciado o tras un análisis racional del problema. De hecho mientras el alumno tenga su pensamiento entretenido y prisionero del discurso racional, no podrá encontrar la solución.

Ejemplos

¿Tiene un perro naturaleza de Buda?

Un monje preguntó a Zhàozhōu, "¿Tiene un perro naturaleza de Buda? Zhaozhou respondió, "Wú".

Matar el Buddha

Si te encuentras con Buddha, mátalo.

— Linji

Si estás pensando en Buddha, esto es pensamiento e ilusión, no iluminación. Uno debe destruir preconcepciones de Buddha. El maestro zen Shunryu Suzuki escribió en su libro *Mente Zen, Mente de Principiante* durante una introducción al Zazen, "Mata a Budda si Budda existe en alguna otra parte. Mátalo porque deberías asumir tu propia naturaleza de Buddha"

Otras formulaciones parecidas a los *kōan*

Todas las místicas religiosas poseen formulaciones parecidas basadas en la paradoja, el oxímoron o la antítesis. En el Cristianismo la inspiró la teología negativa del Pseudo Dionisio Areopagita, que dio sus más destacados frutos en San Juan de la Cruz y Santa Teresa de Jesús. En el caso del primero, su *Subida al monte Carmelo* es de hecho una densa retahíla de sentencias místicas:

Para venir a gustarlo todo,

no quieras tener gusto en nada.

Para venir a saberlo todo,

no quieras saber algo en nada.

Para venir a poseerlo todo,

no quieras poseer algo en nada.

Para venir a serlo todo,

no quieras ser algo en nada.

Para venir a lo que no gustas,

has de ir por donde no gustas.

Para venir a lo que no sabes,

has de ir por donde no sabes.

Para venir a poseer lo que no posees,

has de ir por donde no posees.

Para venir a lo que no eres,

has de ir por donde no eres.

Cuando reparas en algo

*dejas de arrojarte al todo.
Para venir del todo al todo,
has de dejarte del todo en todo.
Y cuando lo vengas del todo a tener,
has de tenerlo sin nada querer.*

San Agustín formuló una famosa sentencia mística, que (según él) le fue revelado en un sueño por el mismo Cristo: "No me buscarías si no me hubieses encontrado".

La oración por la paz, a veces atribuida a San Francisco de Asís, dice en su último verso: *Porque dando es como se recibe, olvidando es como se encuentra, perdonando es como se es perdonado y muriendo se resucita a la vida que no conoce fin.*

Enlaces externos

- Koans Database: Español - Inglés ^[1]

Referencias

[1] <http://cincinato.org/koans/>

Rinzai

La **escuela Rinzai** (臨済宗; Japonés: *Rinzai-shū*, Chino: *línjì zōng*) es una de las tres escuelas Zen japonesas. Rinzai es la línea japonesa de la escuela china Linji, que fue fundada durante la dinastía Tang por Linji Yixuan (Japonés: Rinzai Gigen). Aunque hubo varios intentos de establecer la línea Rinzai en Japón, arraigaría de una manera duradera a través de los esfuerzos del monje Myōan Eisai, tras su regreso de China en 1191. Eisai es en consecuencia acreditado generalmente con la transmisión del Rinzai a Japón. Puede decirse que la escuela realmente ha florecido y ha logrado una identidad claramente japonesa, con Shuho Myocho (Daito Kokushi, 1283-1337) y Musō Soseki (1275-1351), influyentes maestros que no viajaron a China a estudiar.

Características

El Rinzai Zen está marcado por el énfasis que pone en el Kenshou ("ver nuestra verdadera naturaleza", o iluminación) como puerta de entrada a la práctica budista auténtica, y por su insistencia en muchos años de exhaustivo entrenamiento tras la iluminación para encarnar el libre funcionamiento de la sabiduría dentro de las actividades de la vida cotidiana. La formación centrada en el Kōan es una herramienta para este fin, que la escuela Rinzai desarrolló a un alto grado. En general, la escuela Rinzai es conocida por el rigor y la severidad de sus métodos de entrenamiento.



Pintura japonesa de Linji Yixuan (Japonés: Rinzai Gigen).

Orígenes e historia temprana

El Rinzai Zen no es hoy día en Japón una institución única organizada. Más bien se divide en 15 ramas referidas a los nombres de sus templos principales. El mayor y más influyente de ellos es la rama de Myōshin-ji, cuyo templo principal fue fundado en 1342 por Kanzan Egen Zenji (1277–1360). Otras ramas principales incluyen Nanzen-ji y Tenryū-ji (ambas fundadas por Musō Soseki), Daitoku-ji (fundada por Shūho Myōcho), y Tōfuku-ji (fundada por Enni Ben'en, 1202-1280). Cabe señalar que estas ramas son únicamente divisiones de organización derivadas de la historia del templo y del linaje maestro-estudiante, y no representan una división de escuelas o diferencias en la práctica fundamental.

El tiempo durante el cual se estableció el Rinzai Zen en Japón vio también el surgimiento de los samuráis al poder. Junto con el temprano apoyo imperial, el Rinzai llegó a disfrutar del patrocinio de esta clase guerrera recién ascendida; como el estilo Rinzai de práctica Zen puede ser caracterizado como algo marcial o brusco (siguiendo el espíritu de Linji Yixuan), esto quizás no sea sorprendente. En este sentido, Rinzai es a menudo contrastada con otra escuela de Zen profundamente arraigada en Japón, el Sōtō, que ha sido denominada más apacible e incluso rústica en el espíritu. Un dicho japonés refleja esta percepción: "Rinzai para el Shōgun, Sōtō para los campesinos" (臨〓將軍、曹洞土民, *Rinzai Shōgun, Sōtō Domin*).



Myōan Eisai, fundador de la escuela Rinzai Zen en Japón, siglo XII.



Jardín seco en Ryōan-ji, un templo Rinzai Zen en Kioto.

Excelentes resultados de la relación temprana entre Rinzai Zen y las clases dominantes fueron una fuerte influencia Rinzai en la educación y el gobierno, y contribuciones Rinzai a un gran florecimiento de las artes culturales japonesas como la caligrafía, la pintura, la literatura, la ceremonia del té, el diseño del jardín japonés, la arquitectura e incluso las artes marciales. Un resultado quizás inesperado es que los templos Sōtō Zen, con su conexión y atractivo para los plebeyos, con el tiempo llegaron a superar a los templos Rinzai.

Aparte de Rinzai y Sōtō, hay una tercera tradición Zen presente en Japón, la escuela Zen Ōbaku. Curiosamente, el Ōbaku también es descendiente de la escuela china Linji, por lo que técnicamente puede ser considerada una parte del movimiento japonés Rinzai. Sin embargo, fue traída a Japón en el siglo XVII, y muestra una influencia significativa de la escuela de la Tierra Pura. Esto refleja las tendencias sincréticas que se desarrollaron en el budismo chino en los siglos después en que las líneas Rinzai más tempranas hubieran sido transmitidas a Japón. Mientras Manpuku-ji, el templo de la sede Ōbaku, es considerado una de las 15 ramas Rinzai mencionadas anteriormente, Ōbaku Zen es administrativamente independiente de las otras 14 ramas y sigue manteniendo su propia identidad.

Una última escuela de Zen japonés que se autoidentifica como descendiente de la escuela Linji fue la escuela Fuke; el Fuke Zen fue suprimida con la Restauración Meiji en el siglo XIX y ya no existe. Su influencia en el desarrollo de la música para el shakuhachi (flauta de bambú), sin embargo, ha sido grande.

Desarrollo posterior

En el siglo XVIII la escuela Rinzai había entrado en un período de estancamiento y declive. En ese momento, el monje Hakuin Ekaku (1686-1769) llegó a ser un prominente revitalizador y organizador del Rinzai Zen, y sus vigorosos métodos encabezaron un renacimiento duradero. La influencia de Hakuin y sus sucesores fue tal que todos los maestros Rinzai Zen hoy remontan su linaje a él. La sistematización de Hakuin del sistema de entrenamiento Kōan sirve hoy como marco de la práctica Rinzai formal.

Un número de líneas Rinzai han sido exportadas de Japón a Europa, América y Australia, y practicantes no japoneses han sido certificados como maestros y sucesores de aquellos linajes. Los templos Rinzai, así como grupos de práctica dirigidos por practicantes laicos, pueden ser encontrados ahora en muchas naciones.

Referencias

- Dumoulin, Heinrich. *Zen Buddhism: A History. Japan*. World Wisdom. ISBN 0-941532-90-9
- Williams, Paul. *Mahayana Buddhism*. Routledge. ISBN 0-415-02537-0

Enlaces externos

- Sitio oficial del consejo conjunto para el Rinzai y Ōbaku Zen japonés (ambos en japonés e inglés) ^[1]
- Instituto de investigación internacional para el budismo zen, en la universidad de Hanazono (la universidad Rinzai) en Kioto, Japón ^[2]
- Centros Zen del mundo: Índice de países ^[3]
- Budismo en el mundo ^[4]
- Federación de comunidades budistas de España ^[5]
- Budismo en España ^[6]

Referencias

- [1] <http://www.rinnou.net>
 - [2] <http://iriz.hanazono.ac.jp/index.en.html>
 - [3] http://iriz.hanazono.ac.jp/zen_centers/country_list_e.html
 - [4] <http://www.budismo.cl/dir/>
 - [5] <http://www.federacionbudista.es/>
 - [6] <http://www.budismo.cl/dir/espana.html>
-

Karesansui

El **karesansui** (枯山水?) es un estilo de jardín japonés seco que consiste en un campo de arena poco profunda y que contiene arena, grava, rocas y ocasionalmente hierba, musgo y otros elementos naturales; son utilizados como forma de meditación por los monjes Zen japoneses.

Son jardines-escena, y por tanto de dimensiones limitadas (como mucho 10x30 metros). La arena rastrillada representa el mar, en torno a las rocas se rastrilla en anillos, como si estas formaran ondulaciones en el agua. En el resto del jardín, se rastrilla en paralelo a la plataforma.



Karesansui del templo Ryōan-ji.

Historia del karesansui

Se desarrolla principalmente durante el periodo Muromachi (1336-1573), en el que aparecen los dos ideales estéticos básicos de este jardín:

- Yugen: la simplicidad elegante.
- Yohaku no bi: la belleza del vacío (así como en música se valoran los silencios). Tiene relación con el Taoísmo, según el cual el vacío es la parte útil de las cosas (un vaso no es el cristal, sino el vacío de su interior).

En el período Azuchi-Momoyama (1574-1599) se introducen algunas variaciones:

- Talla de rocas: Ahora se permite introducir piedras talladas en los jardines secos (antes sólo piedras naturales).
- *O-karikomi*: práctica que consiste en recortar árboles y plantas dándole formas. Se recortan en setos temas como *El barco del tesoro* o *La isla Horai*.

En el siglo XX, arquitectos como Shigemori Mirei siguen realizando jardines Karesansui en templos Zen:

- Zuiho-In (1938)
- Tofuku-Ji

Karesansui del Templo Ryōan-ji

El karesansui más famoso se encuentra en el templo de Ryōan-ji, que se encuentra situado al noroeste de Kioto. El jardín de roca se añadió al templo a finales del siglo XV, con el fin de proveer de un lugar a los monjes para su meditación. Se dice que dicho jardín tiene un efecto tranquilizador.

Interpretaciones

Ha habido muchas interpretaciones para explicar la distribución de un karesansui. Algunas de estas interpretaciones son:

- La grava representa el océano y las rocas representan las islas de Japón.
- Las rocas representan a la tigresa con sus cachorros, nadando hacia un dragón.
- Las rocas forman parte del kanji 心, cuyo significado es "corazón", "espíritu" o "mente".

Una explicación reciente por los investigadores Gert van Tonder de la Universidad de Kioto y Michael J. Lyons ^[1] del Laboratorio de Inteligencia Robótica y Comunicaciones ATR dice que las rocas de Ryōan-ji, forman un mensaje subliminal de un árbol. Esta imagen no puede ser percibida conscientemente cuando se las mira; sin embargo, los investigadores opinan que el subconsciente es capaz de percibir la sutil asociación en las piedras y creen que es el responsable del efecto tranquilizador de este tipo de jardines.

El concepto del diseño del karesansui se ha ido adaptando a la creación de un entorno más natural.

La orientación del jardín para el relax debe encarar el Este, la arena que representa la paz del mar es la que debe estar mirando hacía la salida del sol.

Críticas

El concepto de "jardín Zen" es considerado un mito por muchos críticos, y entre ellos por expertos en jardinería y budismo japoneses^[cita requerida]. Opinan que es una creación occidental de finales del siglo XX que no tiene fundamento en la jardinería japonesa^[cita requerida]. Lo que sí existe es, por supuesto, la estética del "karesansui" o "jardín seco", que no es en modo alguno exclusiva de los jardines adyacentes a los templos Zen. Los jardines secos pueden hallarse junto a casas, restaurantes y posadas. De igual manera, en torno a los templos Zen se encuentran jardines de distintos estilos, sin que los jardines secos sean más que uno de esos estilos.

El término "jardín Zen" aparece en un libro llamado "One Hundred Kyoto Gardens" publicado en 1935, escrito por Loraine Kuck en inglés. El primer uso en el idioma japonés de este término no se registra hasta 1958. De esto puede deducirse que algunos estudiosos japoneses de la postguerra se limitaron a adoptar una innovación occidental, aceptando el concepto de "jardín Zen" porque ya se había difundido entre los extranjeros.

El libro de Wybe Kuiterts, "Themes, Scenes & Taste in the History of Japanese Garden Art", publicado en 1988, propone un importante argumento en contra de la correlación entre el Zen y el karesansui:

Kuck entremezcla su interpretación históricamente determinada (siglo XX) del jardín Zen con la de un jardín antiguo proveniente de un contexto cultural completamente diferente. Su interpretación resulta así invalidada... (el jardín medieval) encontró su lugar en templos Zen y en hogares de guerreros porque mejoraba su entorno cultural. Es cuestionable que su apreciación responda a una emoción religiosa, antes que a una apreciación por la forma.

Kuiterts enmarca además adecuadamente el karesansui en la perspectiva budista: "(de acuerdo a Dogen) el mejor jardín para representar la Doctrina de Buda sería la nada. Al menos, no sería un jardín cuyo atractivo estético distrajera de la búsqueda verdadera de la Iluminación." Kuitert expone más críticas al traducir los comentarios de un monje, en la era Muromachi, en Tō-ji: "La gente que practica Zen no debería construir jardines. En el sutra dice que Bodhisattva Makatsu, quien deseaba meditar, primero abandonó la mundana vida de hacer negocios y generar riquezas, así como abandonó la tarea de cosechar vegetales..."

La creencia de que los monjes Zen utilizan los jardines para meditar se ve desmentida por el hecho de que en Japón los monjes Zen casi siempre meditan en interiores, de cara a una pared (Soto Zen) o al centro del cuarto (Rinzai



Asociación de una cruz en el jardín Zuiho-in del templo Daitoku-ji en Kioto, obra de 1938 del arquitecto Sighemori Mirei.


Zen), nunca mirando a exteriores. Las fotos de monjes japoneses meditando en jardines secos son eventos preparados.

Aclaración

Los comentarios críticos de arriba asumen una interpretación muy literal del jardín Zen. El término refleja el hecho de que ese estilo de jardín se desarrolló en los templos del Rinzaï Zen, siendo algunos de los diseñadores históricamente más relevantes, como Muso Soseki y Soami, monjes o practicantes del Zen. Además el estilo de los jardines Zen tradicionales se desarrolló durante un período de la historia japonesa en el que las prácticas culturales asociadas con el Budismo Zen (como la caligrafía y la pintura de paisajes) tenían una influencia creciente sobre el arte japonés en su conjunto. Esta amplia influencia sobre la cultura japonesa es la razón de que este estilo de jardinería, que tuvo efectivamente su origen en templos Zen, haya llegado a encontrarse en casas, negocios y restaurantes.

Aunque hay una gran variedad de opiniones sobre el valor de estos jardines para la práctica budista, es incorrecto negar que su desarrollo está estrechamente asociado a los templos del Rinzaï Zen, particularmente los grandes complejos religiosos de Kioto.

Enlaces externos

-  Wikimedia Commons alberga contenido multimedia sobre **Karesansui**Commons.
http://terrazajardin.suite101.net/article.cfm/jardineria_japonesa_y_budismo_zen

Referencias

- [1] <http://www.kasrl.org/michael.lyons.html>

Ceremonia del té japonesa

La **ceremonia japonesa del té** (**cha-no-yu**, **chadō**, o **sadō**[?]) es una forma ritual de preparar té verde o matcha (抹茶[?]), influenciada por el budismo zen, sirviéndose a un pequeño grupo de invitados en un entorno tranquilo. Es una manifestación significativa de la historia y la cultura japonesa tradicional. Aprender la práctica de la ceremonia del té es estudiar la cultura japonesa.

Cha-no-yu (茶の湯[?] literalmente, "agua caliente para el té") se refiere usualmente a una ceremonia individual, mientras que *sadō* o *chadō* (茶道[?] "el camino del té") se refiere al estudio o doctrina de la ceremonia del té. La pronunciación *sadō* se prefiere en la tradición Omotesenke, mientras que *chadō* se prefiere en la tradición Urasenke. Hay muchos otros "caminos de vida" en la cultura japonesa: el camino de la autodefensa Aikidō, el camino de las flores Ikebana, el camino de la caligrafía Shodō, el camino de la pintura Kaiga, etc.

La arquitectura, la jardinería, la pintura y el arte de la cerámica han sido también influenciados por la ceremonia del té.

Cha-ji (茶事[?]) alude a una ceremonia del té completa, incluyendo una frugal comida (*kaiseki*), té ligero (*usucha*) y té espeso (*koicha*), prolongándose aproximadamente cuatro horas. *Chakai* (茶会 literalmente "cita del té"[?]) no incluye el *kaiseki*.

Dado que quien realice la ceremonia debe estar familiarizado con la producción y los tipos de té, además del *kimono*, la caligrafía, el arreglo floral, la cerámica, incienso, suiseki y un amplio abanico de otras disciplinas y artes tradicionales además de las prácticas de la ceremonia en el colegio, el estudio de las mismas toma muchos años, a menudo una vida completa. Incluso para participar como invitado en una ceremonia del té formal se requieren conocimientos de los gestos y posturas adecuados y las frases que se esperan, la manera apropiada de tomar el té y los dulces y la conducta general en la sala del té. En las universidades japonesas, se ofrece la enseñanza de la ceremonia del té con los siguientes objetivos:

- Hacer la vida cotidiana más agradable.
- Vivir en armonía con los cambios de las estaciones.
- Llegar a ser una persona de gusto refinado.
- Llegar a ser una persona honesta y sin miedo.
- Crear mejores relaciones humanas.
- Tener buenas maneras.

Ofrecer la ceremonia del té significa hospitalidad. Un encuentro humano nunca será exactamente igual de nuevo.



Una mujer con *kimono* realiza la ceremonia del té en posición *seiza* sobre un *tatami*.

Historia

La ceremonia del té requiere años de práctica y aprendizaje... con todo, el conjunto de este arte, en cuanto a sus detalles, no significa más que hacer y servir una taza de té. El asunto supremamente importante es que dicho acto debe realizarse de la manera más perfecta, más educada, más graciosa y más encantadora posible

Lafcadio Hearn

El té fue introducido en Japón durante el siglo IX por los monjes budistas de China, donde se conocía, según la leyenda, desde hacía milenios. El té se hizo rápidamente popular en Japón y se comenzó a cultivar localmente.

La costumbre de beber té, primero como bebida medicinal y luego simplemente por placer se hallaba ya extendida ampliamente en China. A comienzos del siglo IX, el autor chino Lu Yu escribió el *Ch'a Ching* (Clásico de té), un tratado sobre su cultivo y preparación. La vida de Lu Yu se encontraba fuertemente influenciada por el budismo, particularmente por la escuela Chan, que evolucionó al Zen en Japón, y sus ideas tuvieron gran importancia en el desarrollo de la ceremonia del té japonesa.

En el siglo XII, una nueva forma de té, *matcha*, se introdujo. Este polvoriento té verde, extraído de la misma planta que el té negro, pero sin fermentar, fue usado en rituales religiosos de los monasterios budistas. Para el siglo XIII, los samurái comenzaron a preparar y beber *matcha* y los pilares de la ceremonia del té fueron erigidos.

La ceremonia del té evolucionó a una "práctica transformativa" y comenzó a desarrollar su propia estética, en particular el *wabi*. Wabi (侘 *significando quietud o refinamiento?*) sobrio, o gusto sometido "es caracterizado por la humildad, moderación, simplicidad, naturalidad, profundidad, imperfección, y simples objetos y arquitectura, sin adornos, enfatizantemente asimétricos, y la celebración de la belleza suave que el tiempo y el cuidado imparten a los materiales". (Introducción: Chanoyu, el Arte del Té, en la página Urasenke de Seattle) [1]. Ikkyu, que revitalizó el Zen en el siglo XV, tuvo una profunda influencia en la ceremonia del té.

Para el siglo XVI, el té se había extendido a todos los niveles de la sociedad japonesa. Sen no Rikyu, quizás la más conocida y respetada figura histórica en la



Un Chawan de estilo raku usado para el koicha.

ceremonia del té, introdujo el concepto de *ichi-go ichi-e* (一期一会[?] literalmente, "un encuentro, una oportunidad"), una creencia de que cada encuentro debería ser atesorado ya que no podría volver a repetirse. Sus enseñanzas derivaron en el desarrollo de nuevas formas de arquitectura y jardines en Japón, las Bellas Artes, las artes aplicadas, y en el desarrollo completo del *sadō*. Los principios que asentó -Armonía (和 *wa*), respeto (敬 *kei*), pureza (清 *sei*) y tranquilidad (寂 *jaku*)- son, todavía, el centro de la ceremonia del té.



Una ceremonia exige una serie de utensilios y pasos estructurados y formales

La casa de té

En las ciudades actuales donde no hay mucho espacio, la ceremonia del té puede hacerse en cualquier lugar de la casa adaptado para ello, puesto que lo importante es ofrecer un entorno tranquilo con el espíritu de la ceremonia.

Originalmente, la casa de té está situada en el jardín, los invitados esperan en el jardín y caminan a través de un sendero llamado *roji*, que ha sido rociado con agua. Esto significa la limpieza de todos los embrollos mentales. Además, los invitados aclaran su boca y se lavan las manos en un recipiente de piedra.



Monjes budistas y su relación con el té

La casa de té es una pequeña cabaña construida con materiales naturales, tiene una entrada pequeña a través de la cual los invitados entran de rodillas, lo que significa que cualquier tipo de arrogancia es dejada fuera, solo los humildes pueden entrar. Los invitados dejan fuera los zapatos y normalmente se ponen unos calcetines blancos llamados *tabi*. Se acercan al *tokonoma*, una alcoba con un rollo suspendido en la pared. Hay dos tipos de rollos: de caligrafía o de pintura. El rollo representa el espíritu de su creador, también se elige en función de la persona invitada, y ésta se inclina ante él. Además hay un adorno de flores siempre naturales que tiene relación con la estación del año, y se llama *chabana*.

El anfitrión alimenta el fogón, cuyos cinco elementos representan el mundo material del taoísmo: el metal de la tetera, la madera del carbón, la tierra de la cerámica, el fuego y el agua.

Bibliografía

- Kakuzo Okakura. *El libro del té : la Ceremonia del Té japonesa (Cha no Yu)*. Madrid : Miraguano, 1996. ISBN 84-7813-154-X. Es traducción de: *The book of Tea*. Nueva York, 1906

Enlaces externos

-  Wikimedia Commons alberga contenido multimedia sobre **Ceremonia del té japonesa**. Commons
- <http://web.archive.org/web/20080528100807/www.teahyakka.com/keenanlayout.html>

The Japanese tea ceremony: tea for all nations / by Brother Joseph Keenan, Ph.D., FSC

Referencias

[1] <http://urasenkeseattle.org/>

Haiku

El **haiku** (俳句[?]) es una forma de poesía tradicional japonesa. Consiste en un poema breve, generalmente formado por tres versos, de cinco, siete y cinco moras respectivamente. Comúnmente se sustituyen las moras por sílabas cuando se traducen o componen en otras lenguas. La poética del haiku generalmente se basa en el asombro y el arrobamiento que produce en el poeta la contemplación de la naturaleza.^[1]

Orígenes

Haiku, zen y sintoísmo

Es común relacionar el haiku con el zen. Sin embargo, aunque el zen utilizó el haiku para la difusión de su filosofía, dista mucho de ser el origen del mismo. En el *Man'yōshū* (obra clásica de recopilación de poesía del siglo VIII) hay muchos poemas de 31 moras donde aparece ya la actitud característica del haiku: la Naturaleza no es excusa de los sentimientos humanos, sino objeto poético en sí mismo. O, lo que es lo mismo, el poema surge «del asombro del japonés primitivo por lo que ocurría en la Naturaleza».^[2] Se trata de una espiritualidad característicamente japonesa, anterior al zen y al propio budismo, y vinculada al sintoísmo.

La vinculación con el zen se produjo cuando en el siglo XVII Matsuo Bashō, monje budista, lanzó el haiku a la popularidad en Japón. En el siglo XX Daisetsu Teitaro Suzuki, gran maestro budista zen, enfoca el haiku como expresión poética del zen en su obra *El zen y la cultura japonesa*. Esto solo es válido para algunos haikus, pero a través de la obra de Reginald Horace Blyth, difusor del haiku en el mundo anglosajón, el enfoque de Suzuki se ha dado a conocer ampliamente.



Tumba de Yosa Buson.

Del katauta al haiku

El haiku forma parte de una familia de formas poéticas japonesas en las que se combinan versos de cinco y siete moras. La forma métrica característica del haiku (un tercetillo cuyos versos tienen 5, 7 y 5 moras, respectivamente) aparece ya en el siglo VIII con el nombre de *katauta*.^[3] Dos *katauta* formaban un *mondoo*, un diálogo entre dos personajes, en el que el primer *katauta* es una pregunta y el segundo la respuesta a la misma.

Desde finales del siglo VIII, la forma poética más común es el *tanka*: se trata de una canción corta formada por dos estrofas desiguales. La primera, llamada *hokku*, sigue el patrón característico del *katauta* (y del haiku): un tercetillo 5-7-5, mientras que la segunda está formada por dos versos de 7 moras. Dado su predominio, al *tanka* se le conoce también como *waka*: es la «canción» por antonomasia.

Los *tanka* aparecían a menudo encadenados en una forma superior, el *renga*: a un *tanka* inicial le sucedían varias respuestas, que podían ser obra de diversos poetas. Cuando el *renga* tenía un tono humorístico, se le llamaba *haikai renga* (*haikai* quiere decir «divertido»).

El *haikai renga* se consideraba una forma popular, sin demasiadas pretensiones artísticas. Sin embargo, en el siglo XVII Bashō, a la vez que compone *haikai renga*, cultiva el *hokku* como una forma autónoma, dotándola de una poética nueva, influida por el budismo zen y heredera de la actitud de asombro y arrobamiento ante la naturaleza que aparece ya en las primeras manifestaciones de la lírica japonesa.

A estos *hokku* que no forman parte de una serie (*renga*) ni de un *tanka* y que tienen un elevado valor poético el poeta y crítico Shiki (1867-1902) los bautiza con el neologismo *haiku*, y a través de su revista literaria *Hototogisu* el término se populariza dentro y fuera de Japón. A partir de entonces, el haiku se consolida como una forma poética autónoma con sus propias convenciones y reglas.^[4]

Características

Formales

El haiku tradicional consta de 17 moras (unidad lingüística de menor rango que la sílaba) dispuestas en tres versos de 5, 7 y 5 moras, sin rima.^{[5][6]} Excepcionalmente puede tener entre 16 y 23 moras, en cuyo caso se denomina *hachō* (haiku de metro roto). El haiku contemporáneo es más libre dentro de la brevedad, y se aproxima a la métrica de 17 moras.^[7]

Suele contener tanto una palabra clave denominada *kigo* (季語[?]), que indica la estación del año a la que se refiere, como una cesura o pausa verbal, conocida como *kire*, que separa a un haiku en dos imágenes contrastantes. El *kigo* suele situarse en el primer verso. Sin embargo, hay haikus que carecen de *kigo* (*mu-kigo*), pero que tienen 'sabor a haiku', *haimi*.

Contenido

El haiku describe generalmente los fenómenos naturales, el cambio de las estaciones y la vida cotidiana de la gente. Su estilo se caracteriza por la naturalidad, la sencillez (no el simplismo), la sutileza, la austeridad, la aparente asimetría que sugiere la libertad y con esta la eternidad.

En la base del haiku hay una percepción directa de las cosas, apegada a lo sensible y libre de conceptos abstractos. Blyth lo define como «una mera nada, pero inolvidablemente significativa».^[8]

Para Vicente Haya, «la palabra humana que se transforma en haiku es la expresión de un silencio profundo y ancestral que es previo y posterior a nuestra existencia como criaturas».^[9]

La piedra angular del haiku es el *aware*, una emoción profunda provocada por la percepción de la naturaleza. A menudo se trata de una emoción melancólica (el poeta, contagiado por el sufrimiento de los seres, siente su tristeza y de ahí nace su poesía), pero también la alegría exultante puede ser *aware*. Se trata de una conmoción espiritual, que es a la vez estética y sentimental.

Para que el *aware* sobreviva a través de las palabras, es preciso que el *haijin* (el poeta que escribe haiku) se elimine del proceso. En el haiku genuino se produce una comunicación análoga a la no verbal (el *haragei*, arte de comunicarse sin palabras), sin confusión ni ruido.

El haiku tal como se consolidó tras Bashô y Onitsura (siglo XVII) se concibe como un instrumento para el desarrollo espiritual. Tras ellos, hay un antes y un después en el mundo del haiku.

Rodríguez Izquierdo afirma:

Bashoo trató de iniciarles en su poesía, pero con una aspiración superior a la meramente literaria. De hecho, es poco probable que Bashoo se preocupara por la literatura como tal. Su intento trasciende este ámbito, y se dirige a enseñar el haiku como un camino de vida. Es típica esta concepción japonesa de las artes como caminos de ascesis espiritual.

Rodríguez Izquierdo^[10]

Vicente Haya afirma

El haiku japonés es una vía espiritual (*dô*), un modo del entrenamiento del yo, un proceso de despertar de los sentidos, de atención, de naturalidad, de autenticidad, de paciencia, de desprendimiento, de extinción de la vanidad... y hasta del yo. Los maestros de haiku enseñan que el poeta debe eliminarse de su poesía para que sus versos capten la esencia dinámica de la realidad

Vicente Haya Segovia^[11]

Jisei, el haiku de despedida de la vida

La cultura japonesa es probablemente la única del mundo en la que ha arraigado y se ha extendido la costumbre de redactar, además de la última voluntad, un poema de despedida de la vida que parece reflejar, más que ninguna otra cosa, el legado espiritual de los japoneses. Todos tienen su poema de despedida que a veces componen poco antes de morir o mucho antes de que llegue el momento, con la conciencia de que ese es su jisei.

El jisei del monje poeta Issa es:

Tarai kana tarai ni utsuru chimpunkan

De un barreño,

a otro

¡tonterías!

"Chimpunkan" -traducido por "tonterías"- es una palabra curiosa que viene a designar, en lenguaje coloquial, los sonidos ininteligibles de las palabras extranjeras^[12].

Haiga

Con el fin de acompañar el haiku, muchos poetas realizan una pintura, generalmente sin demasiada perfección. Matsuo Bashô fue el primer poeta en adoptar esta forma del haiku, que hoy domina en las grandes esferas de este género.

Haijin

El autor de un haikai o haiku recibe el nombre de haijin. Los haijin más importantes de la historia de Japón son Matsuo Bashô, Yosa Buson, Kobayashi Issa, Usuda Arô, Masaoka Shiki, Uejima Onitsura, Ritsurin Issekiro, Arakida Moritake, Yamasaki Sokan, Ihara Saikaku (también llamado Ibara Saikaku), Taneda Santôka, Ozaki Hôsei y Yamaguchi Seishi, entre otros.

- **Bashô**, monje budista del siglo XVII, populariza el haiku, le da un aire de bella melancolía (*wabi-sabi*) y le dota de un sustrato zen, trascendente. Uno de sus haikus más conocidos dice así:

Kono michi ya yuku hito nashi ni aki no kure

Nadie que vaya
por este camino.
Crepúsculo de otoño.^[13]

- **Onitsura** también vivió en el siglo XVII y fue monje budista. Según se dice, con solo siete años de edad compuso uno de los haikus más notables:

Koi koi to iedo hotaru ga tonde yuku

«Ven, ven», le dije,
pero la luciérnaga
se fue volando.^[13]

- **Buson** vivió en el siglo XVIII. Fue un pintor muy reconocido en su época y poeta de haiku. Se consideraba a sí mismo discípulo de Bashô, aunque no le conoció. Su mirada se posa en los momentos en los que aparentemente «no pasa nada», desafiando la vanidad humana. La obra de Buson, cuidada y de buen gusto, parte de lo mejor de sus antecesores, y esa distancia le proporciona una tranquilidad creativa con la que no contaron los haijin que le precedieron. Hay quien le considera en número uno por encima de Bashô. Un haiku representativo de su obra es el siguiente:

Mijika-yo ya ashi-ma nagaruru kani no awa

Noche corta de verano:
entre los juncos, fluyendo,
la espuma de los cangrejos.^[13]

- **Issa** vivió entre los siglos XVIII y XIX. Fue un monje budista y tuvo una vida personal muy trágica y triste. Issa es un corazón humano que se proyecta en lo que escribe, lo que le hace muy popular en Occidente. Muchos lo comparan con Francisco de Asís por su amor hacia los animales, que se aprecia en haikus como este:

Kuchi akete oya matsu tori ya aki no ame

Abriendo los picos,
los pajaritos esperan a su madre:
la lluvia de otoño.^[13]

- **Shiki** vivió en el siglo XIX. Saca el haiku del estancamiento en que había caído y toma como modelo a Buson, mejor que Bashô a su juicio. Shiki quiere retomar el camino de la belleza del haiku de Buson, depurándolo de todo misticismo o religiosidad. Es un agnóstico que consagra su vida a un modelo ideal de poesía. Sus consejos a los seguidores de su escuela fueron un alegato de libertad poética frente a las normas y la tradición.^[14]

Nureashi de suzume no ariku rôka kana

Andando con sus patitas mojadas,
el gorrión
por la terraza de madera.^[13]

- **Santôka** escribe ya en el siglo XX. Es el heredero de una larga tradición poética y espiritual. Transforma sus vivencias más duras en oportunidades de crecimiento personal, de liberación.

Akikaze no ishi o hirou.

Con viento de otoño
recojo una piedra.^[13]

Mujeres haijines

A principios del siglo XVIII varias poetisas aprendieron haiku de Bashoo o sus discípulos, entre las que destacan algunos nombres como Den Sute-jo, Sonome, Shushiki, Sono-jo, Shoofuu-ni, Chigetsu, Sute-jo, Sono-jo, y sobre todo Chiyo ni (千代尼).^[15]

- Chiyo-Ni (1701-1775), religiosa budista. Se casó muy joven y quedó viuda a temprana edad.^[16] Quizás la más conocida, tuvo dos maestros discípulos de Bashoo, Shikoo y Rogemboo. «Sus versos están llenos de subjetividad y han sido muy controvertidos en el sentido de que se conformen o no al patrón del haiku».^[17] No obstante posee haikus clásicos que se adaptan al canon exigido.

Koborete wa kaze hiroi-yuku chidori kana

De la bandada de los chidori,
uno va perdiendo fuerzas
y el viento lo recoge.^[13]

Este haiku según D. T. Suzuki es un ejemplo de cómo la meditación ayudó a Chiyo a abrir su inconsciente, y por primera vez Chiyo sintió el haiku como una expresión de un sentimiento interior, pero desprovisto del sentido del ego.^[18]

Hototogisu hototogisu tote akenikeri

Diciendo «cuco» «cuco»
durante toda la noche
¡al fin la aurora!

Este es uno de sus haikus más famosos, nacido del sentimiento de pérdida por la muerte de su hijo pequeño.^[19]

Tombo tsuri kyoo wa doko made itta yara

El cazador de libélulas,
¿hasta qué región
se me habrá ido hoy?

Escribió su haiku *Jisei* poco antes de morir.^[20]

el agua se cristaliza
las luciérnagas se apagan
nada existe

- Nakamura Teijo (Siglo XX) Fundó la revista Kazahama. Es la poeta tradicionalista, respetuosa del kigo y “saijiki”.^[21]

La flor de loto
Sus hojas y las marchitas
Flotando en el agua

- Hoshino Tatsuko (Siglo XX) Fundó una revista de haiku exclusiva para mujeres y colaboró en la prestigiosa Hototogisu.^[22]

Blancos los rostros
Que observan
El arco iris.

- Kakimoto Tae (Siglo XX) Hija de sacerdote budista.^[23]

Un ruido
Cavan una fosa

Detrás de las camelias

- Suzuki Masajo (Siglo XX) Una mujer que regentó un bar en Ginza, forzada a casarse con el marido viudo de su hermana, adúltera confesa, que se negó a que el haiku no pudiese hablar de amor o de sexo, estigmatizada en los ambientes más puristas del haiku. Cuando Masajo escribe haikus más tradicionales logra muchas veces una gran belleza.^[24]

Onna hitori mezamete nozoku hotaru kago

Una mujer sola.

Se despierta y mira

la caja de las luciérnagas

- Kamegaya Chie (Siglo XX) Emigrante en el Canadá, perteneciente a esa parte de la cultura nipona que existe fuera y al margen de su sociedad, con su haiku fuertemente contagiado de la modernidad poética occidental y su expresivo patetismo, cuya obra es desconocida en su propio país.^[25]

Oi ware no shinkei nibuku gan to shiru

Tan vieja estoy...

Ni me inmuté al saber

que tengo cáncer

- Nisiguchi Sachiko (Siglo XX) Una anciana que aún vive y que ha pasado toda su vida en una aldea de cuarenta casas en el corazón de Shikoku, cultivando su huerto, cultivando su haiku seco y difícil, Japón en estado puro: ausencia total de pretensión, "una de tantas malas hierbas del haiku en Japón", según sus propias palabras.^[26]

Hitosuji no tsurô nokoshite bancha hosu

Entre las hojas de té

puestas a secar,

sólo un sendero.

El haiku en la literatura occidental

El haiku fue muy utilizado por el budismo zen para transmitir sus preceptos, pero su influencia llegó al mundo occidental y marcó a famosos poetas del siglo XX, particularmente a través de Eiji Yoshikawa, marcando una vía de influencia de la literatura japonesa en Occidente.

Entre los poetas occidentales que han cultivado el haiku está los estadounidenses Jack Kerouac^[27] y Ezra Pound, el irlandés Seamus Heaney y el británico W. H. Auden.

El romanista italiano Mario Chini publicó en Roma, en 1959, su libro de haikus *Attimi*.

Hoy en día es, por ejemplo, conocida la afición del presidente europeo Herman Van Rompuy, a escribir haikus.

En la novela *Solo se vive dos veces*, de Ian Fleming, el mítico James Bond escribe un haiku a pedido de su amigo Tiger Tanaka. Un fragmento de lo que Bond escribió, que en rigor no es en absoluto un haiku, da nombre a la novela.

El haiku en la literatura en español

En México destaca la obra de varios autores:

- José Juan Tablada (*Al sol y bajo la luna*, 1918)
- Efrén Rebolledo
- Rafael Lozano
- José Rubén Romero
- Francisco Monterde
- José María González de Mendoza

Para la divulgación del género fue esencial la labor de Octavio Paz, que en 1956 —en colaboración con Eikichi Hayashiya— publicó una traducción de uno de los clásicos del género, *Oku no Hosomichi* de Matsuo Bashō.^[28]

En Argentina cultivaron ocasionalmente el haiku, entre otros:

- Jorge Luis Borges
- Javier Adúriz
- Álvaro Yunque

Otros autores argentinos más recientes, como Rafael Roldán Auzqui (*Haikus a flor de voz*, 1997), mantienen el interés en el género.

El uruguayo Mario Benedetti publicó en 1999 una obra dedicada al género, *Rincón de haikus*.

En Perú, el país de mayor población de inmigrantes japoneses de habla hispana,^[29] el haiku tiene una presencia importante. Los más renombrados haijin peruanos son Alberto Guilén, Javier Sologuren y Alfonso Cisneros Cox.

En el campo de la música, destaca la composición *Koi no uta: tres haikus para voz cantada y cordófono pulsado* (2002) del colombiano Johann Hasler, basada en haikus japoneses del siglo X. El trompetista de jazz Don Ellis editó un disco titulado *Haiku* (MPS, 1973), basado en diversos haikus tradicionales.

En España, entre otros, cultivan el haikai o haiku los poetas Llorenç Vidal y Eulogio Díaz del Corral, tanto en castellano como en catalán / mallorquín. De entre las publicaciones recientes, la crítica ha destacado los poemarios dedicados al haiku de Juan Antonio González Fuente, José María Prieto Zamora y Susana Benet.^[30]

Referencias

[1] Según Vicente Haya Segovia en su libro *Haiku: la vía de los sentidos* (pág. 29).

[2] Así lo señala Vicente Haya Segovia.

[3] El tercer verso de un *katauta* podía tener cinco o siete moras; solo la primera variante coincide, pues, con el haiku.

[4] Rodríguez Izquierdo 1999, capítulo 2, sección «Origen del haiku en su pauta formal».

[5] Como observa Agustín García Calvo en su *Tratado de rítmica y prosodia y de métrica y versificación* (Zamora: Lucina, 2006, ISBN 978-84-85708-71-0, pp. 1211-1221), la última sílaba de cada verso lleva una marca rítmica, por lo que una transcripción fiel del esquema al castellano, en la que se realice dicha marca con acento de palabra, produciría un esquema de 6, 8 y 6 sílabas, no de 5, 7 y 5.

[6] Según escribe Vicente Haya:

Se ha definido al haiku como una poesía de brevedad límite; solo diecisiete sílabas japonesas (*ji-on*). Aunque no tiene por qué dividirse en tres versos de 5-7-5 (admitiéndose igual 7-5-5, 6-6-5, o cualquier otra fórmula...), el tópico y la tradición nos van a fijar el metro en ese 5-7-5.

Vicente Haya Segovia, prólogo a Hôsai, Santôka y Seishi 2008 (pág. 10).

Actualmente, hay poetas de haiku que prescinden completamente del metro de diecisiete sílabas y escriben poemas sin metro alguno que pueden sin embargo ser considerados haiku

Vicente Haya Segovia, prólogo a Hôsai, Santôka y Seishi 2008 (pág. 10).

[8] *A mere nothing, but unforgettably significant*. (R. H. Blyth, *Haiku. Volume 2. Spring*, 1976, p. 150 ([http://books.google.es/books?ei=auKeT_z3OdGxhAeAoIz7Dg&hl=es&id=HyZaAAAAYAAJ&dq=Blyth+haiku+\"mere+nothing\"&q= \"mere+nothing\"#search_anchor](http://books.google.es/books?ei=auKeT_z3OdGxhAeAoIz7Dg&hl=es&id=HyZaAAAAYAAJ&dq=Blyth+haiku+\))).

- [9] «Vicente Haya: nipólogo y estudioso del haiku», (<http://www.agendaviva.com/revista/articulos/Entrevistas/Vicente-Haya-Nip-logo-y-estudioso-del-ha>) entrevista en la revista digital *Agenda Viva*, invierno 2008, consultada el 30 de abril de 2012.
- [10] Rodríguez Izquierdo: *El haiku japonés*, capítulo «Bashô y sus discípulos. El camino del haiku» (pág. 72). Madrid: Hiperión.
- [11] Vicente Haya Segovia y Yamada, 2007: pág. 10 y contraportada.
- [12] Hoffmann, Y. (ed.) (2000). *Poemas japoneses a la muerte (escritos por monjes zen y poetas de haiku en el umbral de la muerte)*. 318 pp. Barcelona: DVD Poesía.
- [13] Traducido por Vicente Haya
- [14] Algunas de sus normas fueron:

Sé natural. Lee a los antiguos, en ellos encontrarás buenos y malos haikus. Los haikus sobre lugares comunes pueden estar distorsionados y deformados. Escribe para tu agrado personal. Recuerda la perspectiva: lo grande puede ser pequeño si está lejos y lo pequeño puede ser grande si está cerca. Los haikus se ocupan de asuntos naturales, no humanos. Los haikus no tienen por qué ser proposiciones lógicas y la razón no ha de aflorar a la superficie. Mantén las palabras tensas, sin añadir nada inútil. Usa con preferencia las composiciones basadas en la realidad. Lee todo lo que hay escrito sobre haiku y medita sobre sus aciertos y sus errores. Ten tu propio estilo. Conoce el arte en general.

Masaoka Shiki

- [15] http://www.poesias.cl/la_mujer_en_el_haiku_japones.htm
- [16] «La mujer en el haiku japonés», (http://www.poesias.cl/la_mujer_en_el_haiku_japones.htm) artículo de Alfredo Lavergne.
- [17] El libro del haiku japonés de Rodríguez Izquierdo, pág. 85 La poesía femenina.
- [18] Daisetsu Teitaro Suzuki, en su libro *El zen y la cultura japonesa* (Editorial Paidós Orientalia), en el capítulo «El zen y el haiku», pág. 151
- [19] Rodríguez Izquierdo: *El haiku japonés*. Madrid: Hiperión, pág. 307.
- [20] «La mujer en el haiku japonés», (http://www.poesias.cl/la_mujer_en_el_haiku_japones.htm) artículo de Alfredo Lavergne.
- [21] http://www.poesias.cl/la_mujer_en_el_haiku_japones.htm
- [22] http://www.poesias.cl/la_mujer_en_el_haiku_japones.htm
- [23] http://www.poesias.cl/la_mujer_en_el_haiku_japones.htm
- [24] 70 Haikus y Senryûs de mujer Ed. Hiperión Suzuki Masajo.Kamegaya Chie. Nishiguchi Sachiko Traducción V. Haya y Yurie Fujisawa
- [25] 70 Haikus y Senryûs de mujer Ed. Hiperión Suzuki Masajo.Kamegaya Chie. Nishiguchi Sachiko Traducción V. Haya y Yurie Fujisawa
- [26] 70 Haikus y Senryûs de mujer Ed. Hiperión Suzuki Masajo.Kamegaya Chie. Nishiguchi Sachiko Traducción V. Haya y Yurie Fujisawa
- [27] «Reseña del “Libro de jaikus” de Jack Kerouac», artículo de A. Sáenz de Zaitegui en la revista *El Cultural*, del 8 de noviembre de 2007, consultado el 4 de febrero de 2012.
- [28] «La tradición del haikû», (<http://www.terebess.hu/english/haiku/paz.html>) artículo de Octavio Paz en el sitio web TAO (Terebess Asia Online).
- [29] Asociación Peruano Japonesa. (<http://www.apj.org.pe/comunidad-nikkei-peru/resena>)
- [30] Martín López-Vega, «Japón serrano» (http://www.elcultural.es/blogs_comentario/Rima_interna/22/32991/Japon_serrano), *El Cultural*, 23/01/2012. Consultado 4/02/2012.

Bibliografía

Estudios

- Aullón de Haro, Pedro: *El jaiku en España*. Hiperión, 2003. ISBN 978-84-7517-742-7.
- Haya Segovia, Vicente: *El corazón del haiku*. Mandala, 2002. ISBN 978-84-95052-83-4.
- Haya Segovia, Vicente: *El espacio interior del haiku*. Shinden Ediciones, 2004. ISBN 978-84-933469-2-8.
- Haya Segovia, Vicente: *Haiku: la vía de los sentidos*. Valencia (España): Diputación de Valencia. Institució Alfons el Magnànim, 2005. ISBN 84-7822-447-5
- Haya Segovia, Vicente, y Akiko Yamada: *Haiku-dô. El haiku como camino espiritual*. Kairós, 2007. ISBN 978-84-7245-660-0.
- Rodríguez Izquierdo, Fernando: *El haiku japonés: historia y traducción*. Hiperión, 1999. ISBN 978-84-7517-402-0.
- Silva, Alberto: *El libro del haiku*. Visor, 2008. ISBN 978-84-7522-680-4.

Traducciones del japonés

- Bashō, Matsuo: *Haiku de las cuatro estaciones* (traducido por Francisco F. Villalba). Miraguano, 1986. ISBN 978-84-85639-33-5.
- Bashō, Matsuo: *Senda hacia tierras hondas (Senda de Oku)*. Hiperión, 1998. ISBN 978-84-7517-390-0.
- Bashō, Matsuo: *De camino a Oku y otros diarios de viaje* (traducido por Jesús Aguado). DVD Ediciones, 2011. ISBN 978-84-92975-12-9.
- Buson, Yosa: *Selección de jaikus* (traducido por Justino Rodríguez, Kimi Nishio y Seiko Ota). Hiperión, 2010. ISBN 978-84-7517-326-9.
- Onitsura, Ueshima: *Palabras de luz (Tomoshihi no Kotoba). 90 haikus* (traducido por Yoshihiko Uchida, Vicente Haya y Akiko Yamada). Miraguano Ediciones, 2009. ISBN 978-84-7813-345-1.
- Ozaki Hōsai, Taneda Santōka y Yamaguchi Seishi: *Tres monjes budistas (110 haikus)*, traducido por Vicente Haya. CEDMA, 2008. ISBN 978-84-7786-806-5.
- Santōka, Teneda: *Saborear el agua. Cien haikus de un monje zen* (traducido por Vicente Haya e Hiroko Tsuji). Madrid: Hiperión, 2004. ISBN 978-84-7517-804-2.
- Santōka, Teneda: *El monje desnudo. 100 haikus* (traducido por Vicente Haya Segovia). Miraguano, 2005. ISBN 84-7813-298-8.
- Suzuki Masajo, Kamegaya Chie y Nishiguchi Sachiko: *70 haikus y senryūs de mujer* (traducido por Vicente Haya y Yurie Fujisawa). Ediciones Hiperión, 2011. ISBN 978-84-7517-973-5.
- Teiichi, Kawaguchi: *Los haiku del Maestro* (traducido por Ángel Ferrer). Shinden Ediciones, 2006. ISBN 978-84-933469-6-6.

Antologías

- Bermejo, José María (traductor y recopilador): *Nieve, luna, flores. Antología del haiku japonés*. Calima, 1997. ISBN 978-84-920468-4-3.
- Bermejo, José María (traductor y recopilador): *Instantes. Nueva antología del haiku japonés*. Hiperión, 2009. ISBN 978-84-7517-928-5.
- Cabezas, Antonio (traductor y recopilador): *Jaikus inmortales*. Hiperión, 1997. ISBN 978-84-7517-109-8.
- De la Fuente, Ricardo y Yutaka Kawamoto: *Haijin. Antología del haiku*. Hiperión, 1992. ISBN 978-84-7517-351-1.
- Haya, Vicente (traductor y recopilador): *Haikus japoneses de vuelo mágico*. Azul Editorial, 2005. ISBN 978-84-95488-18-3.
- Haya, Vicente y Keiko Kawabe (traductor y recopilador): *99 haikus de Mu-I*. Epílogo de José Manuel Martín Portales. Mandala Ediciones, 2010. ISBN 978-84-8352-206-6.
- Haya Segovia, Vicente (traductor y recopilador): *Haiku Tsumami-Gokoro. 150 haikus inmortales*. Shinden Ediciones, 2008. ISBN 978-84-96894-14-3

Haiku en español

- Haya Segovia, Vicente (selección y prólogo), Alonso Salas, Luis Corrales, Miguel Ibáñez y Gabriel Segovia: *La senda de Buson (36 haikus). Antología de haikus*. Haibooks, 2006. ISBN 978-84-931249-3-9. (<http://www.culturalucena.es/aletras/ebooks/lasendadebuson.pdf>)
- Porras, María Victoria, y Juan Francisco Pérez: *A la intemperie (111 haikus)* (<http://www.culturalucena.es/aletras/ebooks/alaintemperie.pdf>), 2006. ISBN 84-931249-9-0.

Enlaces externos

- El rincón del haiku (<http://www.elrincondelhaiku.org>)
- *Poemas japoneses a la muerte*, libro editado por Yoel Hoffmann, reseñado en el blog *Documenta minima*, del colectivo Máximo (<http://documentaminima.blogspot.com/2012/05/poemas-japoneses-la-muerte-yoel.html>)
- Haikai / haiku a Mallorca (Poesia mallorquina) (<http://mirador.webcindario.com/haikai.html>)
- Mario Chini: Attimi (<http://mirador.webcindario.com/mariochini.html>)

Hanshan

Han Shan o Hanshan (chino: 寒山, pinyin: Hánshān, japonés: Kanzan), poeta chino de finales de la dinastía Tang (618-907).

Han Shan ("Monte Frío") es el nombre de uno o varios montes de la cordillera del Tiantai, en la actual provincia de Zhejiang, en China. También, por extensión, se llamó así a un poeta que se retiró a vivir hasta su muerte en esos montes.

De su existencia sólo se sabe lo que de ella se dice en sus versos. Hay una colección de algo más de 300 de sus poemas que, según el prólogo, mandó recopilar un funcionario llamado Lü Qiuyin.

Sin embargo, los estudiosos creen que pudieron haber sido escritos por varias manos, a lo largo de bastante tiempo; es posible que la *Colección de poemas de Han Shan* incluya algunos de otros poetas que anduvieron por aquellos lugares.

Aunque igual puede decirse que era taoísta ferviente^[*cita requerida*], en Japón se hizo famoso sobre todo por sus tendencias Chán (禪: carácter chino del que deriva el japonés 禅 *zen*), y, con Fenggan y su amigo Shi De (Jittoku en japonés), moradores del templo de Guoqing, se convirtió en un tema clásico de la pintura nipona (véase a la derecha un ejemplo).

*Me instalé en el Monte y cesaron los cuidados;
ya no ocupan mi mente pensamientos vanos;
más libre que las rocas donde inscribo versos,
me doy, cual barco sin amarras, a los hados.*

Bibliografía

- Han Shan (2008). *El Maestro del Monte Frío: 59 poemas*. Traducción del chino por Lola Díez Pastor. Madrid: Editorial Hiperión. ISBN 978-84-7517-915-5.

Enlaces externos

- Wikimedia Commons alberga contenido multimedia sobre **Hanshan**. Commons



Karate

<div>Karate-Do</div> <div>空手道</div> <div>空手道</div>	
	
Gichin Funakoshi, considerado el padre del karate-Do moderno, practicando con un poste para golpeo o makiwara.	
Otros nombres	Karate o Karate-Do
Tipo de arte	Gendai Budo (Artes Marciales Modernas de Japón)
Origen	Reino de Ryukyu Okinawa y ● Japón
Región	Isla de Okinawa
Proviene de	Kung fu, Jigen Ryu kenjutsu (método clásico de esgrima con sable japonés), Tegumi (lucha nativa de okinawa),y Jujutsu (en algunos estilos y variantes).
Especialidad	Híbrida (patadas, puños, golpes de mano abierta, golpes a puntos vulnerables y vitales, proyecciones, barridos, luxaciones, inmovilizaciones).

El **karate-do** (空手道 *karatedō*[?], "el camino de la mano vacía")^[1] es un arte marcial tradicional de origen okinawense, y desarrollo japonés. A la persona que practica esta arte marcial se la llama *karateka* o *karateca*.^[1]

Historia moderna del karate en el Japón y antecedentes en Okinawa y China

La aparición del Karate Do en Japón en el siglo XX

La llegada del **Karate** a Japón se ubica en el mes de mayo del año 1922, época en la cual el Ministerio de Educación de Japón realizó la Primera Exhibición por la calle haciendo karate especial y educación física de Okinawa ante el emperador. El Maestro Gichin Funakoshi y Krayan Shudan (creador del estilo okinawense Chito Ryu, diferente al estilo japonés Shito Ryu creado por Kenwa Mabuni), como representante y presidente de la Asociación de Artes Marciales Okinawenses, fueron invitados a

participar y demostrar las artes marciales de Okinawa ante miembros de la familia real Japonesa.

Sin embargo, se sabe que el karate se origina a partir de los sistemas de combate existentes en la Isla de Okinawa, cuyo origen se remonta al kung-fu/wushu practicado por los chinos, adaptado conforme a la necesidad de los guerreros nobles de la isla o *Pechin* de proteger al último rey de Okinawa, Sho Tai; y a ellos mismos de los guerreros con armadura japoneses o samurai. El Karate se populariza finalmente en el Japón en siglo XX, gracias a la influencia de Gichin Funakoshi a partir de 1922, conjuntamente con Jigorō Kanō (fundador del Judo), quienes realizaron diversas demostraciones. Por otro lado, en el año 1929 el Maestro Kenwa Mabuni del estilo Shito Ryu se instaló en la ciudad de Osaka para enseñar su estilo de karate.

El *Karate-do* se caracteriza por el empleo de golpes de puño y patadas, aunque no restringe su repertorio sólo a ellos. El "Karate-do" es un arte marcial en el que se coordina la fuerza, la respiración, el equilibrio y la postura, el correcto giro de cadera y la conexión conjunta de músculos y extremidades, trasladando gran parte del peso corporal y del centro de gravedad al impacto. Generalmente se busca derrotar al adversario mediante un solo impacto contundente en semejanza a la estocada o corte de una katana o sable japonés.

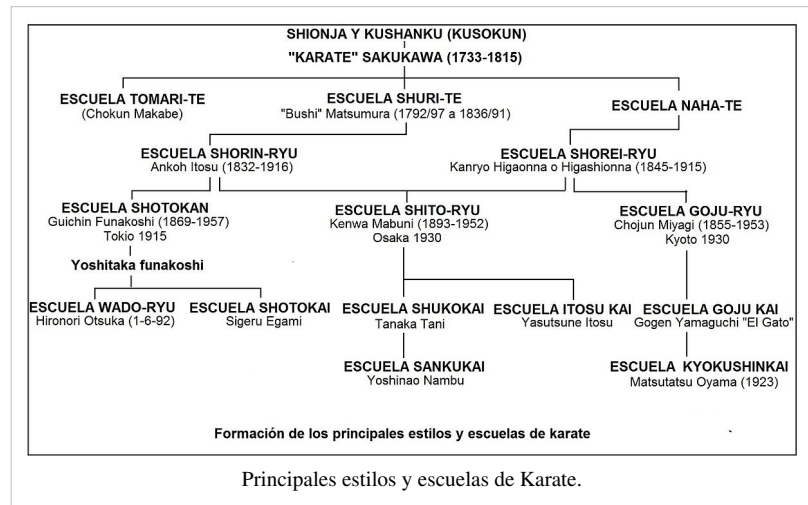
Dentro de los estilos desarrollados en el Japón, se encuentran: el "*Shotokan*" (fundado por Gichin Funakoshi), el *Shotokai* de Shigeru Egami, el *Shito Ryu* (por Kenwa Mabuni), el *Goju Ryu* (por Chojun Miyagi), y el *Wado Ryu* (por Hironori Ōtsuka). Estos son considerados los grandes estilos del Karate-do en Japón.

En donde se originó el Karate, es decir en la isla de Okinawa los principales estilos son: el *Matsubayashi Ryu* de Soshin Nagamine, el *Shorin Ryu* de Chosin Chibana, el *Uechi Ryu* de Kanbun Uechi y el *Goju Ryu* de Kanryo Higaonna.

Sin embargo, existen estilos muchos más, originados por la fusión o divisiones internas de los anteriores, incluyendo elementos de otras artes marciales, como el *Ken Shin Kan* fundado por Seiichi Akamine, el *Shindo Jinen Ryu* fundado por Yasuhiro Konishi, el *Kyokushin* o *Kyokushinkai* fundado por Masutatsu Oyama, el *Gensei Ryu* de Seiken Shukumine, el *Renbu Kai* de Geka Yung, el *Shotokai* de Shigeru Egami, entre otros.

En 1949 se funda la Asociación Japonesa de Karate (JKA), que celebró los primeros campeonatos de Japón en 1957. La asociación pretendió agrupar a los diferentes estilos del arte, pero eventualmente se convirtió en la representante del karate Shotokan, versión JKA o Kyokai, como es conocido en Japón.

Los iniciadores del arte Sakugawa y Matsumura, al haber mantenido inicialmente las artes de combate okinawenses en secreto sólo dejaron lugar a especulaciones respecto al "verdadero Karate", que actualmente están cada vez más



cerca de ser resueltas debido a las investigaciones históricas y de interpretación de las formas (katas) antiguas y modernas hechas por Patrick McCarthy, Iain Abernethy, Bruce D. Clayton y otros.

Asimismo son destacadas en lo referente a los orígenes chinos del karate estilo Goju Ryu, las investigaciones llevadas a cabo por el antropólogo español Pablo Pereda sobre el antiguo To-De Okinawense que han sido publicadas por la Universidad de León, España,^[2] con todo el rigor que se exige en un estudio de esas características.^[3]

La mano de Okinawa

De acuerdo a la leyenda, las artes marciales anteriores al karate se originan entre los años 480 y 520 A.C. con: 1. las prácticas de las castas guerreras de la antigua India, (incluidas dentro del arte marcial hindú del Kalaripayat), 2. las prácticas físicas desarrolladas por los monjes Shaolín (tratado de la transformación de los músculos y tendones, llamado en chino el « Yijing kingyi suiying», o escrito como « I chin ching», también conocidas como Shi Ba Lo Han She (Shih Pa Lohan Sho), y en japonés como: Ekkinkyo) y 3. las prácticas espirituales (meditación chan o zen) desarrolladas por el maestro indio Bodhidharma, al llegar a la China desde la India. Se cree que todas las anteriores fueron desarrolladas por los monjes del templo Shaolín, en China, dando así origen al kung fu/wu shu, y posteriormente al karate okinawense y japonés.

Sin embargo, a medida que avanzan las investigaciones relacionadas específicamente con el karate, se ha perdido la credibilidad en estas afirmaciones e inclusive en lo referente a la existencia del mismo Bodhidharma, que en la antigua China era llamado Ta Mo y en Japón se lo recuerda como 達磨 Daruma Taishi.

Según el autor e investigador Bruce Clayton en su texto 'Shotokan Secret', los estilos más lineales (tipo Shuri-Te) del karate como el Shorin Ryu, y sus descendientes directos como los estilos Shotokan, Wado Ryu y Shito Ryu (en parte), provienen de Chi-Niang Fang, una mujer artista marcial china creadora del estilo chino del siglo XVII (17) de la grulla/cigüeña blanca o "Bai Hok Pai" conocido también como el estilo de "la grulla busca su alimento / la grulla de la mañana"; éste a su vez fue aprendido por Tode Sakugawa, y modificado por su discípulo el guerrero noble o pechin, sokon "Bushu" Matsumura combinado con sus conocimientos de: el estilo lineal de kung fu interno "hsing yi chuan" o boxeo de la voluntad / de la mente y la esgrima japonesa tradicional o kenjutsu estilo Jigen Ryu (el cual era a su vez el estilo de esgrima del clan samurái Satsuma, quienes invadieron Okinawa mediante armas de fuego portuguesas, antes de su incorporación final al Japón). Sokon Matsumura fue el maestro de Anko Itosu. Quien fue maestro a su vez de Gichin Funakoshi y de Kenwa Mabuni.

El estilo de karate Goju Ryu, que al ser una importación china más reciente conserva un matiz más circular, con mayor prevalencia de los golpes tipo garra más chinos, también se le atribuye su origen al estilo de la grulla/cigüeña blanca o "Bai Hok Pai", traído a Okinawa mucho más tarde, ya en el siglo XIX (19). Dentro de la variante conocida como "la grulla que canta", que se caracteriza por su método de respiración especial, golpes a mano abierta, acondicionamiento corporal y combate a corta distancia. Estando más cercano históricamente a los estilos de kung-fu/wu-shu practicados desde hace ya varios siglos en el famoso templo Shaolín, en China.

Nótese que el estilo Shito Ryu es una amalgama de los estilos lineal y circular. (Shuri Te, y Naha Te) / Shorin Ryu, y Goju Ryu, respectivamente, hecha por el maestro Kenwa Mabuni.

El estilo Uechi Ryu, o de la familia Uechi, proviene del estilo de boxeo/ kempo chino "paigoon", o del dragón, la grulla y el tigre.

Si bien no hay registros escritos que lo confirmen, se sabe de la existencia de un sistema de combate de golpeo influido inicialmente por los elementos del kung-fu/wu-shu chino, en el reino de Ryukyu (actualmente Okinawa), denominado simplemente *Te* o *Ti* (手 *mano*[?]) Shuri-Te en japonés y ryukyuense tuidi / tode o tuite respectivamente. Las primeras referencias^[4] de la posible influencia de las artes marciales chinas en las artes nativas datan de fines del siglo XIV con la llegada de expertos chinos en kung-fu/wu-shu también conocido como *quánfǎ* o en japonés como *kempo* (拳法[?]), distribuidos entre 36 familias chinas refugiadas gracias a los vínculos comerciales existentes entre el Imperio Chino y el reino Okinawense de las islas Ryukyu (en japonés) o Luchu (en chino). Asimismo, en

Okinawa ya se tenían técnicas propias de lucha cuerpo a cuerpo rudimentarias consistentes tanto de agarres y lanzamientos como de presas/sumisiones o "tegumi".

Las varias prohibiciones al porte de armas en la historia de Okinawa, y la importancia dada a las artes marciales sin armas se debe a que la isla, mucho antes de ser anexada al Japón, ya era un puerto libre donde atracaban numerosas embarcaciones de varias partes de Asia (China, Corea, Tailandia, Indonesia) y a donde, incluso ya siendo parte del Japón. Fue el primer lugar donde llegó la nave del Comodoro Perry de los EE. UU. en el siglo XIX antes de llegar a Yokohama y obligar a los japoneses a abrir sus puertos, pues desde 1639 hasta 1853, tanto japoneses como okinawenses habían vivido aislados del mundo exterior por decreto del líder militar o Shogun, Iemitsu Tokugawa. Hasta la época moderna donde el último de los Tokugawa; Tokugawa Yoshinobu, cedió el poder total y definitivamente al emperador Meiji, entre 1868 y 1902.

En la isla de Okinawa, se vivía una situación naval y comercial de gran intercambio entre varios reinos, similar a la de las islas Filipinas aunque con las varias prohibiciones al porte de armas que se iniciaron en 1409 por el rey Sho Shin se unificaron los territorios y pequeños feudos de la isla evitando futuras divisiones así como conflictos entre los visitantes y los nativos. Estas medidas fueron luego enfatizadas una vez más ya en el siglo XVII, en 1609, por los guerreros samurái japoneses invasores pertenecientes al clan Satsuma, quienes confiscaron las armas restantes. Durante este periodo la vida fue aún más austera y restrictiva obligando tanto a los nobles como al pueblo a desarrollar aún más los métodos de combate tanto con implementos agrícolas (kobudo), como a mano vacía (karate) respectivamente.

La Era Meiji

Durante el siglo XIX, se encontraban establecidos ciertos estilos de acuerdo a una supuesta división regional y énfasis en los movimientos circulares y lineales así como el combate a distancia media y larga. De esta forma, las principales variantes del *Te* practicadas en Okinawa eran *Naha-Te*, *Shuri-Te* y *Tomari-Te*. Cada una de ellas contaba con características particulares tanto en las técnicas como en los métodos de práctica. En este período, tres figuras se encargan de sistematizar y revivir la práctica del karate: Kanryo Higaonna (*Naha-Te*), Anko Hitsu (*Shuri-Te*) y Kosaku Matsumora (*Tomari-Te*). En 1872, el emperador Meiji establece al clan Satsuma y a sus miembros como sus únicos representantes en el territorio. En 1879, el gobierno Meiji dicta la abolición de la familia real 'Sho' de las islas Ryukyu y crea la prefectura de Okinawa.

Los términos empleados en esa era para denominar de manera general a estos estilos fueron *Te* o *Ti* (手[?] literalmente, "la mano"), *Okinawa-Te* (沖縄手[?] literalmente, "la mano de Okinawa") y *Tote*, *Tode* o *Todi* (唐手[?] literalmente, "la mano de la dinastía Tang"; sin embargo, la traducción correcta sería "la mano de China").

La mano vacía

En 1901, las escuelas de la prefectura de Okinawa adoptan el *tuidi* como parte del programa de educación física.^[5] En esta época, Anko Itosu (糸洲安恒 *Itosu Ankō*[?]) cambió la pronunciación de 唐手 desde *tode* o *tuidi* a *karate*. Entre 1904 y 1905, Chomo Hanashiro (estilo Shorin Ryu) y posteriormente otros maestros empiezan a emplear por primera vez los kanji 空手 en lugar de 唐手. En 1933, el capítulo Okinawa de *Dai Nihon Butokukai* reconoce al kárate (空手 *karate*[?]) como arte marcial.^[6]

Al karate se le conoce como "el camino de la mano vacía". Ésta fue la traducción popularizada por el maestro Masatoshi Nakayama de la Asociación Japonesa de Karate estilo Shotokan o (JKA) después de la segunda guerra mundial (1939 - 1945) del término Karate Do, cuando se buscaba mostrar al Japón como un país pacífico ante la ocupación de los Estados Unidos, quienes prohibieron en ese entonces la práctica de las artes marciales japonesas. Esta traducción fue aceptada como alusión a la no inclusión de armas en el karate. Sin embargo, hay que notar que todos sus máximos exponentes y maestros hasta muy recientemente, tenían conocimientos del manejo de las armas tradicionales de Okinawa, como el bastón largo o bo, las macanas o tonfa, los tridentes o dagas sai, los molinos de arroz/ bridas del caballo, o nunchaku, las hoces de segar o kama, los nudillos de hierro o tekko, etc. Incluidas y

preservadas hoy en día en el arte marcial del kobudo; o bien practicaron de manera paralela el arte del sable japonés moderno o kendo. Asimismo otra traducción de la palabra Karate es "la mano que emerge/contiene al vacío, al todo" o "la mano del absoluto". Podría hablarse inclusive del "camino del absoluto" debido a la profundidad filosófica, física y técnico-táctica del arte no solo en lo físico, sino en su posible aplicación mental y a la vida diaria, llegando a definir la vida de algunos practicantes. Otra posible traducción es "el camino de la mano y de la vida" pues el vacío o "kara" filosóficamente lo contiene todo; como esencia sin ataduras, sin juicios, sin límites, sin forma.

Detalles de la Práctica

Vestimenta

El uniforme de práctica empleado en el kárate es el keikogi o karategui, compuesto por una chaqueta, pantalones y un cinturón. El karategi se deriva del judogi, dada la influencia de Jigorō Kanō y el arte marcial y deporte olímpico fundado por Él, el Judo a principios del siglo XX; en las artes marciales japonesas modernas o gendai budo. Actualmente existen dos tipos de karategui para competencia: el de kumite, que es más ligero, y el de katas, más grueso y pesado.

Obi (*cinta*)

En general los cinturones son siete, y se empieza con el *blanco* para los principiantes. Con el aprendizaje progresivo de las técnicas se va subiendo de nivel y va cambiando el color del cinturón. Al *blanco* le siguen (por orden de menor a mayor), el *amarillo*, el *naranja*, el *verde*, el *azul*, el *marrón* y finalmente, el *negro*, aunque con puntos intermedios entre una mezcla del anterior con el posterior. Una vez se es cinturón negro, se sigue aumentando progresivamente en grados (llamados *danes*). Existe hasta el 10º dan, o de Gran Maestro (arte marcial) aunque tradicionalmente era solamente hasta el 5º Dan; esto por varias razones: una es la que se asocia a la progresión con los 5 círculos del legendario guerrero samurai Miyamoto Musashi; algunas escuelas aún mantienen hasta el 5º Dan, generalmente las más tradicionales o que tienen una relación directa con el maestro fundador del karate Shotokan Gichin Funakoshi, tales como por ejemplo Shotokai y Shotokan of America (SKA), ya que según la escala del maestro Funakoshi el grado más alto era el 5º Dan; de hecho, Funakoshi era 5º Dan. No obstante, los cinturones de colores también pueden variar según las escuelas, ya que en algunas escuelas existe también el cinturón morado, alteran el orden de los colores, o quitan alguno de los colores antes nombrados.

Entre estos colores pueden existir otros cinturones que son la mezcla entre el cinturón anterior y el que le sigue. Estos cinturones se nombran diciendo primero el color que corresponde al grado más bajo seguido del cinturón posterior. Estos cinturones intermedios se dan a los alumnos que tienen poca edad (aproximadamente hasta los 13 años) porque aprenden más lentamente y el hecho de poder examinarse de estos cinturones evita su aburrimiento al tener que esperar para pasar de un cinturón a otro. Los cinturones intermedios son los siguientes: *blanco-amarillo*, *amarillo-naranja*, *naranja-verde*, *verde-azul* y *azul-marrón*. Después de este último se pasa al marrón y después directamente al negro.

Posteriormente, y emulando al Judo, se establecieron los kyus o cinturones de nivel inferior. Estos son equivalentes a los actuales cinturones de color y nombrarlos como kyus sería la actitud correcta, teniendo en cuenta que la numeración es en orden inverso (de décimo a primer kyu). Los danes o cinturones de nivel superior se representan con el color negro, aunque para grados altos también puede llevarse un cinturón a franjas rojas y blancas, y los 7º Dan también pueden llevar un cinturón rojo. La numeración es ascendente, de primer a décimo dan. Esta numeración varía según la escuela, siendo lo habitual en la actualidad siete grados, pero manteniéndose en algunas escuelas tradicionales, como ya se ha dicho, un sistema de cinco danes.

Objetivos del Karate Do

La filosofía del arte está contenida en la máxima del maestro Gichin Funakoshi quien afirmó: *Karate ni sente nashi*, que significa que en el karate no existe un primer ataque, entendiéndose que un practicante de Karate nunca debe albergar, mostrar una actitud arrogante y violenta, sino que el Karate Do se debe considerar como un medio para la evolución personal continua a través de un tipo específico de acondicionamiento físico y la adquisición de habilidades. El Karate Do, se caracteriza por procedimientos y normas de respeto y ética, debido a su desarrollo en el espíritu propio del Bushido.

El karate permanece para algunos como un sistema de defensa personal que ayuda a canalizar la agresividad de la persona a través de la gran actividad física que se realiza. Es un inmejorable método para el desarrollo físico, pues pone en juego todos los sistemas del cuerpo, fortaleciéndolos, al tiempo que favorece su funcionamiento; aunque principalmente se busca el desarrollo de la personalidad y del carácter de quien lo practica, siendo este su objetivo formativo.

La práctica consciente de esta arte marcial tradicional, tiene un impacto positivo en el bienestar psicológico de sus practicantes.^[cita requerida] Su carácter como práctica de grupo ayuda a que la gente adulta se relacione de mejor manera; a los niños que son algo tímidos les ayuda a desenvolverse y a los más inquietos les ayuda a canalizar sus emociones.

Parábola

Existe una historia que refleja el sentido del karate. Es una parábola acerca del Do (camino) y un hombre insignificante.

Un karateka preguntaba a su Sensei (Oh, maestro que ha recorrido el camino): ¿Cuál es la diferencia entre un hombre del Do y un hombre insignificante?

El Sensei respondió: "Cuando el hombre insignificante recibe el cinturón negro primer Dan, corre rápidamente a su casa gritando a todos el hecho. Después de recibir su segundo Dan, escala el techo de su casa, y lo grita a todos. Al obtener el tercer Dan, recorrerá la ciudad contándoselo a cuantas personas encuentre."

*El Sensei continuó: "Un hombre del Do que recibe su primer Dan, inclinará su cabeza en señal de gratitud; después de recibir su segundo Dan, inclinará su cabeza y sus hombros; y al llegar al tercer Dan, se inclinará hasta la cintura, y en la calle, caminará junto a la pared, para pasar desapercibido. **Cuanto más grande sea la experiencia, habilidad y potencia, mayor será también su prudencia y humildad**".*

Técnicas, tácticas y métodos de acondicionamiento

El Karate es un arte marcial que difiere principalmente de las artes marciales chinas de las cuales deriva ("Bai Hok Pai", "hsing yi chuan", "Shaolin kung fu / Siu lum quanfa"), al hacer un mayor uso del principio físico del "torque" en la penetración y angulación de los golpes directos y defensas angulares, buscando una mayor potencia; logrando un tipo de esgrima corporal, con gran uso del *ki* o intención emocional, además de una alineación corporal precisa. Los Katas y las formas de defensa son esquemas rítmicos y rígidos. Las técnicas utilizan diferentes partes del cuerpo para golpear, como las manos (canto, palma, dedos, nudillos), los pies (talón, borde externo, planta, base o punta de los dedos), los codos, los antebrazos, las rodillas o la cabeza, además del hueso tibial en algunos estilos como el kyokushinkai donde se entrena a contacto pleno buscando la pérdida de conciencia del oponente o el knock-out, K.O.

Deriva su metodología Kaisen, o de mejoramiento continuo por repetición - observación - análisis - retroalimentación - ejecución- repetición, (incluyendo sus aspectos físico-técnico-táctico-condicionamiento psicológico ritual), de las artes marciales tradicionales contemporáneas del Japón o gendai budo, y su sistema de grados (kyu- Dan) y uniforme del Judo.

Inicialmente en sus primeras etapas hasta el cinturón negro 1 dan, se busca que el practicante del arte domine la correcta alineación corporal, los bloqueos/chequeos, las esquivas, los golpes a puntos vulnerables, los desplazamientos, los barridos, y los contraataques; posteriormente se ocupa de los lanzamientos, y de algunas luxaciones articulares; para llegar al tratamiento de lesiones, a los métodos de reanimación, y al estudio de los circuitos metabólicos y nerviosos de estimulación o depresión energética por puntos vitales como su predecesoras las artes marciales chinas, o kung fu/wu shu.

Sus técnicas, tácticas y métodos propios de preparación física están divididos de manera específica en:

- JUNTAI KAISO: Métodos de calentamiento y acondicionamiento físico que incluyen rotación articular, gimnasia militar o calistenia y estiramiento.
- HOJO UNDO: Métodos de fortalecimiento y desensibilización corporal (conocidos erróneamente como endurecimiento) por medio del entrenamiento con aparatos tradicionales como el poste de golpeo o makiwara, trabajo en parejas, y otros.
- UKE WAZA / UKETE: Técnicas de bloqueo interceptando la extremidad que golpea.
- HARAITE / SUKUIE / KAKETE / NIGIRITE /KAKIWAKE : Técnicas de chequeo, o desvío, agarre o sujeción de la extremidad(es) que golpea.
- KAMAE/ DACHI / TACHI WAZA: Posiciones base, y uso de éstas desde lo simbólico, y lo mental, o para defensa, ataque o contraataque, en combinación con las técnicas de golpeo, o por sí solas. las mas usadas son: keisoku, musubi, heiho, hachiji, naihanchi, moto dachi, zenkutsu dachi, kiba dachi, shiko dachi, fudo dachi, sanchin dachi, neko ashi dachi, Renoji dachi, y kosa dachi.
- ATEMI WAZA: Técnicas de control del adversario por golpe a punto vulnerable, se dividen a su vez en golpes directos o 'tsuki', e indirectos o 'uchi'.
- TSUKITE: Técnicas de golpeo directas o con trayectoria rectilínea como: seiken (puño de carnero), ippon ken (puño del Fenix), nukite (mano lanza), y otras variantes.
- UCHITE: Técnicas de golpeo indirectas y/o con trayectoria angular o circular como: shuto / te-gatana (mano sable), tetsui / kensui (mano martillo), uraken (puño invertido), Shotei (palma de Buda), y algunas otras.
- ASHI SABAKI: Tácticas o desplazamientos, buscando avanzar, retroceder, esquivar, amagues y fintas; en ataque o defensa.
- NAGE WAZA: Técnicas (algunas) de lanzamientos y derribos, tomadas inicialmente de la lucha de Okinawa o "Tegumi" , y posteriormente del Judo japonés.
- ASHI WAZA: Técnicas de barridos, y desequilibrios tomados inicialmente del kung fu/ wu shu chino, y posteriormente adaptados del Judo.
- KUZUSHI WAZA: Técnicas de desequilibrio físico y mental del oponente.
- MA-AI: Manejo técnico-táctico y psicológico de la distancias larga, media y corta, incluido en las opciones de ataque, defensa y contraataque.
- TAI SABAKI: Tácticas de movimiento corporal en esquiva corporal conjunta.
- RITZU o HYOSHI: Tácticas basadas en el ritmo de los movimientos en ataque, defensa o contraataque.
- NAGARE KOMI: Tácticas de flujo y continuidad de las acciones técnicas en combinación.
- FUMI WAZA: Técnicas de golpe para aplastamiento de articulaciones, o huesos.
- GERI WAZA: Técnicas de golpe con los pies / patadas
- IBUKI WAZA: Técnicas de respiración.
- RENZOKU WAZA: Técnicas continuas o en combinación a puntos vulnerables, ejecutadas según las diferentes reacciones del oponente a los impactos.
- KYUSHO WAZA: Técnicas de control del adversario por presión, fricción o golpeo angular a punto(s) vital(es), en solitario o en secuencia.
- KAKIE y MUCHIMI: Ejercicios de Técnicas y tácticas de combate a corta distancia, literalmente: manos que empujan, y manos pegajosas.

- TAMASHIWARI WAZA: Técnicas de rompimiento de materiales, son activas si se golpea el material (madera, cerámica, hielo) de forma penetrante, o percutante explosiva; y pasivas si es el practicante quien recibe el impacto del material elegido sobre su cuerpo o extremidades. Buscan probar la efectividad de las técnicas, y desarrollar el control adecuado de las mismas fuera del ámbito deportivo. Dan al practicante la elección de cuando destruir y cuando no.
- TOBI WAZA: Técnicas de golpeo en salto.
- SHIME WAZA: Técnicas de estrangulación (solo algunas).
- KANSETSU WAZA: Técnicas de luxación articular (solo algunas generalmente aplicadas a las extremidades superiores: hombro, codo, muñeca).
- KATAME WAZA: Técnicas de inmovilización, difieren de las sumisiones encontradas en el judo, o el jujutsu al ser desarrolladas como maneras de arresto y conducción del oponente en pie.
- BUNKAI: Decodificación, análisis y clasificación de las diversas acciones encontradas en los katas. Según: 1. La significación simbólica de algunos de los movimientos; 2. Aplicaciones de los movimientos para la defensa personal real por golpe, luxación, estrangulación, conservando la trayectoria y dinámica de los gestos, teniendo en cuenta las distancias larga, media, y corta (omitiendo el combate en el suelo). Y 3. como condicionamiento físico y/o mental.
- KAPPO WAZA: Técnicas de tratamiento de lesiones articulares, por medio de masaje, manipulación corporal / desbloqueo articular y uso de los puntos de presión.
- KUATSU WAZA: Técnicas de reanimación corporal, masaje, golpeo, por medio de manipulación corporal, y uso de los puntos de presión.

En su parte metodológica, el entrenamiento se divide tradicionalmente de manera global, es decir que las anteriores técnicas y tácticas se perfeccionan, mediante los siguientes:

Kihon o movimientos básicos

Series de técnicas básicas ejecutadas en solitario, o en combinación con otras, en varias direcciones, contra implementos, como el makiwara, el saco, los guantes de foco, etc... y en retroceso, se busca mejorar: la alineación corporal, tomar conciencia del alcance de las diferentes técnicas, desarrollar coordinación lineal y cruzada, tomar conciencia de la sinergia muscular (conexión) necesaria de los grupos musculares específicos a ser usados en cada técnica, desarrollar los reflejos y la velocidad de reacción, desarrollar la flexibilidad gestual, reforzar el condicionamiento neural motriz, además de potenciar la autoconfianza, trabajar de diferentes maneras la respiración, desarrollar la intención emocional.

Se considera parte del Kihon el combate preestablecido con técnicas tradicionales en secuencia, o combinaciones de estas por parejas a 5, 3, y 1 paso, o kihon kumite.

Kata o forma

Kata significa "forma". A nivel básico, es una sucesión de técnicas de bloqueo y golpeo determinadas que se ejecutan al aire contra adversarios imaginarios.

El kata es la base, el fundamento del entrenamiento clásico del karate como arte marcial y método de defensa personal civil. Todo el volumen de técnicas, tácticas y algunos apartados de acondicionamiento físico para la práctica de esta arte marcial se encuentran resumidos en los katas. Para ser decodificados, interpretados, practicados y aplicados; pero conservando la mecánica de los movimientos y las distancias larga, media y/o de luxaciones articulares, así como la distancia corta o de lanzamientos, y estrangulaciones. Pero omitiendo el combate en el suelo/piso o 'ne waza' como se le conoce en el Judo, y el jujutsu.

Casi la totalidad de los katas son de origen chino, modificados por los maestros de Okinawa y adaptados por los japoneses. Cada estilo trabaja y estudia ciertos katas, habiendo diferencias (en ocasiones notables) de un estilo a otro, uso de las distancias, en el ritmo, aplicación de la potencia, énfasis en técnicas a mano abierta o cerrada; de corto o

largo alcance, y trayectoria.

La inclusión de la modalidad de katas para competición ha sido sujeto de controversias por décadas. Para los tradicionalistas desvirtúa el karate tradicional, al dejar a un lado varias acciones motrices puntuales, y la adaptación motriz necesaria para la defensa personal. Prefiriendo movimientos casi gimnásticos sin mayor aplicación a la defensa personal, ejecutando gestos más vistosos, amplios o cortos pero muy rápidos; mientras que para los seguidores del karate deportivo fomenta el trabajo uniforme de la técnica básica y el entrenamiento memorístico de la misma. Aunque se dan grandes diferencias en los rangos de movimiento, que tienden a ampliarse; así como varios de los movimientos se han hecho más angulares, y explosivos con el fin de hacer los movimientos más vistosos; mas no por ende efectivos si se tienen en cuenta sus aplicaciones reales.

En el tipo de competición de katas WKF, en alusión a la Federación Mundial de Karate o World Karate Federation; se enfrentan dos contrincantes, distinguiéndose por el color de su cinturón: Aka (rojo), que será el que ejecute su kata primero, y Ao (azul), que será el que ejecutará su kata después del otro. El color del cinturón se sortea antes de la competición, siendo totalmente independiente del grado de los participantes.

El ganador se decidirá por el número de banderas levantadas. Si son tres árbitros, el que reciba dos banderas a favor será el vencedor. Si son cinco árbitros, deberá conseguir un mínimo de tres banderas a favor. Si uno de los dos participantes se equivoca durante su ejecución, será directamente eliminado, ganando así el oponente.

En caso de competición por equipos, serán tres personas por equipo, y sólo el karateka en el centro del grupo indicará el nombre del kata y dará la orden de comenzar, se observan, entre otros: la sincronía de los participantes, la explosividad y la secuencia técnica.

Las katas en estilo Shito Ryu, iniciando por el grado de 9o kyu, y hasta 1er kyu son las siguientes: Kihon Gata Ichi, Kihon Gata Ni, Kihon Gata San, Kihon Gata Yon, Kata Empi Ichi, Kata Empi Ni, Kata Pinan Nidan, Kata Pidan Shodan, Kata Pinan Sandan, Kata Pinan Jondan, Kata Pinan Godan, Kata Koosoku Dai, Kata Lojai, Kata Jiite, Kata Basai Dai, Kata Sanchin, Kata Sochin, Kata Yurok y Kata Tensho.

Kumite o combate

Kumite significa "entrelazar/ cruzar / unir las manos"o "combate". Es la aplicación práctica de las técnicas a un enfrentamiento contra un oponente real.

El kumite de aprendizaje, desarrollado en Japón con base en el arte del sable o Kendo se llama: "Kihon Kumite" o combate de movimientos formales. En el karate este combate consiste en la aplicación por parejas de técnicas en ataque, defensa y contra - ataque recogidas en el kihon y en los katas, realizándolo en varios pasos hasta llegar a un solo paso. Pudiendolo ejecutar a varios niveles (alto) jodan, (medio) chudan, (bajo) gedan, (ushiro) desde atrás, (yoko) desde uno o ambos lados; alternando niveles, velocidades, uso de pies y manos de forma alterna, por separado o de forma simultanea, incluyendo finalmente técnicas poco comunes como: agarres, lanzamientos, algunas luxaciones y unas pocas estrangulaciones.

- Ippon Kumite: combate a tres pasos.(tres puntos)
- Wasari Kumite: combate a dos pasos.(dos puntos)
- Yuko Kumite: combate a un paso.(un punto)

La siguiente etapa sería el Ju- Shiai - Kumite (o combate deportivo libre y flexible entre dos oponentes), y finalmente el Ju-Kumite (o combate libre y flexible entre dos oponentes, y contra un mayor número de oponentes), buscando realizar gran parte del repertorio de las técnicas y tácticas contenidas en el karate.

Las dos modalidades de Kumite deportivo o de competición Ju- Shiai - Kumite, de mayor difusión son al punto o con contacto ligero, conocido como kumite tipo JKA, o de la Japanese karate Association/ Asociación Japonesa de Karate, y el kumite tipo WKF, en alusión a la Federación Mundial de Karate o 'World Karate Federation'. Estos reciben el nombre de Shiai - Kumite. Se trata de combates entre dos deportistas con reglas, en el que cada contrincante debe anotar el mayor número de puntos, intentando marcar algunas técnicas no letales, sobre el rival en

zonas y con superficies de contacto permitidas. Con los requisitos de: buena forma, actitud vigorosa, deportividad, distancia correcta y tiempo adecuado. Generalmente los oponentes van protegidos por una serie de protecciones reglamentarias; como guantes, protectores bucal e inguinal, espinilleras y zapatones de espuma. El casco se usa para algunas categorías y modalidades.

Así, dos oponentes con cinturones de diferentes colores (rojo o azul) se sitúan en los extremos del tatami (o superficie de competencia), y cuando se les da la orden, entran y saludan a los jueces y al rival esperando a que se dé la señal de comenzar el combate. Para ganar, los competidores deberán marcar el máximo de puntos posibles (golpes de puño, de pie, lanzamientos, y barridos reglamentarios) en un tiempo límite. Al finalizar el tiempo, y una vez declarada la victoria de uno de los competidores, estos saludarán al árbitro y luego se saludarán entre ellos mismos, dándose también la mano y despidiéndose al salir del Tatami.

Karate profesional o deportivo de contacto, también llamado en sus inicios full contact karate

El full contact o karate a "contacto pleno" Nace en Estados Unidos en los años 1960, como respuesta a las expectativas de eficacia de muchos practicantes occidentales de artes marciales tradicionales como: el karate- do okinawense o japonés, el Taekwondo, y el kung fu/ wu shu. Sus reglas incluyen: el uso de todos los golpes del boxeo, las técnicas de patadas altas, y los barridos. Buscando la puesta fuera de combate del adversario o "knock out" K.O.. El primer Campeonato Profesional fue hecho por la *United States Karate Association* en 1964. Entre la lista de Campeones Mundiales de Karate Profesional se encuentran Joe Lewis, Héctor Echavarría, Carlos Ray Norris, Antonio Puente, Leonardo González y Bill Wallace. El full contact es ahora una de las modalidades de competencia del kickboxing y se le considera uno de los antecesores de las artes marciales mixtas.

El karate como futuro deporte olímpico

Con 50 millones de practicantes en el mundo, el karate es el segundo arte marcial más practicado en el mundo, después del Taekwondo con 60 millones, y mucho más que el Judo que tiene 16 millones; pero al contrario de estas dos no es una disciplina olímpica aún.

Esto sucede a pesar de que la Federación Mundial de Karate (WKF) está reconocida por el movimiento olímpico, estando incluida en los juegos mundiales, los juegos de Asia, los juegos Mediterráneos, los juegos panamericanos, y a que se realizan numerosas competiciones nacionales e internacionales.

El Taekwondo se convirtió en disciplina olímpica desde los juegos del año 2000 en Sídney, Australia, por el impulso del entonces presidente del Comité Olímpico Internacional (COI), Juan Antonio Samaranch.

En 2005, en la sesión 117ª del COI en Singapur, se decidió que el baseball y el softball no seguirían en el programa olímpico de los juegos a partir del 2012; dejando así dos lugares disponibles para la inclusión de nuevas disciplinas. Cinco deportes fueron examinados por las comisión del programa olímpico: el patinaje, el squash, el golf, el karate y el rugby siete. Dos fueron tenidos en cuenta para el programa de los juegos de Londres 2012: el squash y el karate; que tenían el 60% de los votos necesarios a su favor, pero se requería una mayoría de $\frac{2}{3}$ partes para ser elegidos.

Tras una nueva sesión hecha en Octubre del 2009 en Copenhague, se determinó qué ciudad llevaría a cabo los juegos del 2016, y cuáles serían los deportes incluidos. El karate se presentó por novena vez entre cinco deportes no olímpicos a elegir y no alcanzó la mayoría de votos necesaria.^[*cita requerida*]

Los contactos entre las federaciones de los deportes paraolímpicos, y el comité paraolímpico internacional, buscan que el handikarate o parakarate (que se realiza en silla de ruedas), sea un deporte de demostración en los juegos de Londres del 2012.

Los maestros tanto en Japón y en Okinawa, temen que una vez que el karate sea un deporte olímpico, se pierdan varias técnicas y tácticas de golpeo, desarmes, luxaciones y lanzamientos, además de los métodos de golpeo a puntos vulnerables y vitales, para hacerse más deportivo. Esto sería debido a la especialización competitiva, donde las

técnicas que anoten la mayor cantidad de puntos serán favorecidas en entrenamiento y desarrollo. Tal como ocurrió con el Judo y en el Taekwondo.

El karate como medio de rehabilitación y deporte paraolímpico

Pablo Pereda Médico y maestro de Karate-Do desarrolló un método de rehabilitación integral que denominó karaterapia.^[7] Su método basado totalmente en la utilización del kata como fuente de salud ha gozado de gran impacto internacional por su utilidad en minusválidos y enfermos de VIH.^{[8][9][10]}

Respecto a su faceta como deporte para población especial, los Juegos Paralímpicos de Barcelona 92 marcaron un hito e la historia del Karate-Do. Por primera vez se lleva a cabo una exhibición de su aplicación Paralímpica. Fue el Dr. Pablo Pereda el creador de un estilo de Karate^{[11][12][13][14][15][16]} denominado Garyu -Ryu^{[17][18]} que al disponer de un programa adaptado podía ser practicado por discapacitados en silla de ruedas.^[19] Apoyado por el Excmo. Sr. Juan Antonio Samaranch presidente del Comité Olímpico Internacional y con la presencia en la Villa Olímpica del Presidente de la Federación Española de Karate y de la Catalana Sr. Juan Bosch se presentó la I exhibición Paralímpica de este deporte. Tuvo lugar en las Instalaciones de la Villa Olímpica el 5 de septiembre de 1992 a las 18,30 de la tarde^{[20][21][22]} bajo la responsabilidad del propio Pereda que fue quien presentó el acto. María José Martínez Ramos, una de las participantes en la exhibición, ha sido la primera mujer que consigue el Cinturón Negro de Karate Garyu-Ryu.^[23]

Fundamentos filosóficos del Karate Do

El *Karate-Do* de ahora es un camino de superación personal y como tal hay que despojarse (al menos dentro del Dojo) de los malos pensamientos, acciones y actitudes, de nuestro ego. Pensando siempre en una práctica limpia, honorable y sana.

La práctica del Karate Do no se refiere tan sólo al desarrollo técnico y táctico, al acondicionamiento físico, al estudio de los katas y al combate real o deportivo. También debe ir de la mano del desarrollo vivencial de la parte humana y la parte espiritual, el crecimiento como personas y ciudadanos ejemplares que unidos por el bien común benefician a la sociedad.

Para lograr esto, el Karate Do posee principios y objetivos comunes para el crecimiento de sus alumnos: respeto, justicia, armonía y esfuerzo son los primordiales.

La ética derivada de las filosofías del confucionismo y del budismo zen, aplicados al *Karate-Do*. Estos principios fundamentales son acordes al código samurái del Bushido, estos son:

- **La Rectitud:** ser capaz de tomar una decisión sin vacilar. Ser justo y objetivo en toda circunstancia.
- **El Coraje:** afrontar el reto de tomar decisiones.
- **La Bondad:** ser magnánimo, paciente y tolerante.
- **La Cortesía:** el respeto y las buenas maneras del comportamiento.
- **El Desprendimiento:** actuar desinteresadamente, sin egoísmos y generosamente.
- **La Sinceridad:** decir siempre la verdad, defender ésta, y ser fiel a la palabra dada.
- **El Honor:** aprecio y defensa de la dignidad propia.
- **La Modestia:** no ser soberbio ni vanidoso.
- **La Lealtad:** no traicionar a nadie, ni a uno mismo. Ser fiel a las propias convicciones.
- **El Autodominio:** tener control sobre los actos, emociones y palabras.
- **La Amistad:** entregarse en un todo. Saber compartir y ayudar.
- **La Integridad:** tratar a todos por igual, defender los principios, y ser fiel a los compromisos.
- **Generosidad:** dar sin pedir nada a cambio.
- **Imparcialidad:** emitir juicios de acuerdo a la verdad.
- **Paciencia:** es tolerar lo intolerable.

- **Serenidad:** control de los impulsos ante conflictos y dificultades.
- **Autoconfianza:** creer en uno mismo.

Estilos

Estilos okinawenses

- Okinawa Goju Ryu (沖縄剛柔流[?]): Fundado por Chōjun Miyagi.
- Shorinji Ryu (少林寺流[?]): Fundado por Jyoen Nakazato
- Shorin Ryu (小林流[?]): Fundado por Chosin Chibana.
- Matsubayashi-ryū variante del Shorin Ryu (松林流[?]): Fundada por Shoshin Nagamine.
- Shobayashi Ryu (小林流[?]): otra variante del Shorin Ryu Fundada por Eizo Shimabukuro.
- Uechi Ryu (上地流[?]): Fundado por Kanbun Uechi.
- Ryuei Ryu (劉衛流[?]): Fundado por Kenri Nakaima.
- Isshin-Ryu: Fundado por Tatsuo Shimabuku.
- Shorinji Ryu Kenkokan Karate Do: Fundado por Masayoshi Kori Hisataka
- Okinawa kempo karate: Fundado por Shigeru Nakamura

Estilos japoneses

- Shito Ryu (糸東流[?]): Fundado por Kenwa Mabuni
- Sankūkai Fundado por Yoshinao Nanbu
- Shindo Jinen Ryu: Fundado por: Yasuhiro Konishi.
- Nihon Goju Ryu (日本剛柔流[?]): Fundado por Gogen Yamaguchi.
- Gensei Ryu (玄制流[?]): Fundado por Seiken Shukumine.
- Goju Ryu Seigokan (日本正剛館空手道士会[?]): Fundado por Seigo Tada.
- Kyokushinkai (極真会[?]): Fundado por Masutatsu Oyama.
- Wado Ryu (和道流[?]): Fundado por Hironori Otsuka.
- Shudokan: Fundado por Toyama Kanken.
- Kushinkai: Fundado por Akio Nozoe.
- Nihon Koden Shindo Ryu: Fundado por Hiroyuki Hamada.
- Koshiki Karate: Fundado por Masayuki Kukan Hisataka.
- Kenyu Ryu: Fundado por Ryusho Tomoyori
- Miyazato: Fundado por Shoei Miyazato
- Ken Kyu Kai: Fundado por Eiji Kaji
- Doshinkan: Fundado por Isao Ichikawa
- Shotokan Kase Ha Fundado por Taiji Kase
- Shotokan kenkojuku: Fundado por el maestro Tomosaburo Okano en 1942.

Estilos y artes marciales derivadas

- Taekwondo, deporte de combate olimpico.
 - Tang Soo Do o Tangsudo, otra variante del Taekwondo más tradicional, casi sin competiciones.
 - Full contact deporte de combate y modalidad actual del kickboxing que en sus principios en los años 60 buscó probar la eficacia de las técnicas del Karate, el Taekwondo, el kung fu / wu -shu y el boxeo dentro de un 'ring', a pleno contacto buscando la pérdida de conciencia o "knock out"/ k.o. Asimismo, se le considera uno de los antecesores históricos de las artes marciales mixtas.
 - karate Nisei Goju Ryu
 - Kenpo-karate moderno, en sus diferentes variantes y estilos.
-

- Karate jutsu moderno, modalidad de origen japonés enfocada solamente a la defensa personal, como el krav magá, el hapkido, o el Jeet Kune Do.
- Chun Kuk Do , arte marcial creado por el gran maestro Chuck Norris el cuál ha sido 6 veces consecutivas campeón mundial de karate. Esta arte marcial deriva del karate y tiene influencia de otras artes marciales como el Tang Soo Do, el Taekwondo.

Practicantes famosos

En cine

- Jean Claude Van Damme (karate Shotokan)
- Dolph Lundgren (karate Kyokushinkai)
- Fumio Demura (karate Shito Ryu)
- Tadashi Yamashita (karate Shorin Ryu)
- Sonny Chiba (karate Goju Ryu, y karate Kyokushinkai)
- Richard Norton (karate Goju Ryu)
- Wesley Snipes (karate Shotokan)
- James Caan (karate Gosoku Ryu)
- Giryu (Karate Shotokan y Gojo Ryu)

En videojuegos

- En la serie *Tekken*:
 - Kazuya Mishima (Karate Shotokan)
 - Paul Phoenix (Judo y Karate Shotokan)
 - Heihachi Mishima (Karate Shorin Ryu)
 - Devil Jin (Karate Shito Ryu)
 - Jin Kazama. (karate Kyokushinkai) a partir de Tekken 4.
- En *Street Fighter*:
 - Ryu (Street Fighter)
 - Ken Masters.
 - Akuma
 - Dan Hibiki
 - Sakura Kasugano
 - Makoto
 - Gouken
- En la serie *Dead Or Alive* (partes 2, 3, y 4):
 - Hitomi
- En The King of Fighters:
 - Takuma Sakazaki (Karate Kyoguneryu, un estilo basado en el Karate Kyokushin)
 - Ryo Sakazaki
 - Yuri Sakazaki
 - Robert Garcia
 - Bartek Mikulak
- En la serie *Mortal Kombat*:
 - Sub-Zero (Karate Shotokan y Kung-Fu estilo dragon)
 - Johnny Cage (Karate Shorin Ryu)
 - Cobra (Karate Shorin Ryu) y kickboxing)


Referencias

- [1] *Karate* en el Diccionario panhispánico de dudas (<http://www.rae.es/dpd/?key=karate>)
- [2] <http://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=2550308>
- [3] Revista de Artes Marciales Asiáticas, ISSN 1885-8643, Vol. 2, Nº. 3, 2007, pags. 8-35
- [4] *Brief Chronological Table Related to Okinawan Karate and Martial Arts with Weaponry* en el sitio *Wonder Okinawa, Okinawa Digital Archives* (<http://www.wonder-okinawa.jp/023/eng/002/001/index.html>)
- [5] *Brief Chronological Table Related to Okinawan Karate and Martial Arts with Weaponry* en el sitio *Wonder Okinawa, Okinawa Digital Archives* (<http://www.wonder-okinawa.jp/023/eng/002/002/index.html>)
- [6] *Meeting in 1936* del sitio *Sanjinso Okinawa Goju-ryu Karate-do* (<http://sanzinsoo.angelfire.com/meeting.html>)
- [7] Karaterapia-Movimientos que Curan/EditorialPP. ISBN 84-609-5226-6
- [8] Sport et Medecine/ Ediciones Eseeve nº 6/noviembre-diciembre de 1990/pag.27
- [9] Abstract Book/5Scientific CongressSydney 2000 Paralimpycs Games/Australia. ISBN 0-646-40442-3/Karaterapia A type of rehabilitation in which the kata sanchin/ Pablo Pereda/pag 46
- [10] <http://www.terra.es/deportes/articulo/html/dpo103408.htm>
- [11] El Mundo Deportivo 24 de julio de 1990/pag49
- [12] El Sol/ Domingo 11-11-1990/pag 27
- [13] El Independiente.Madrid 23 -7-1990/pag18
- [14] El Correo Español El Pueblo Vasco 25-7-1990
- [15] La Rioja del lunes 23-7-1990/pag15
- [16] Federación Española de Karate.Revista Karateka nº 33 octubre-noviembre 90/pag29
- [17] Diccionario de Estilos Artes Marciales/Rogelio Casero/Editorial Alas ISBN 84-203-402-6 pag.59
- [18] Karate.Mucho más que un deporte. Salvador Herraiz/Editorial Film Ideal/ ISBN 84-95080-02-8/pag217 a 220
- [19] Libro Ponencias Congreso Paralímpico Barcelona 92/ Edita ONCE/ISBN 84-88654-00-6/pags.620-648
- [20] Paralimpics 92 Villa Olímpica/ Edita ONCE/ Programa de actividades.
- [21] Diario La Rioja 26-8-1992/Sección deportes
- [22] La Rioja/ 15-8-1992/ Portada de deportes pag42
- [23] El Ideal 27-10-1991

Bibliografía

- Glück, Jay: *Combate Zen*. Ciudad de México: Editorial Diana S.A. de C.V., 2004. 240 p. ISBN 968-13-3615-1.
- Funakoshi, Gichin: *Karate-Do, mi camino*, Editorial Eiras, Madrid.
- Camps, Hermenelgido: *Historia y Filosofía del Karate*, Editorial Alas, Barcelona.
- Nippon Den Karate-Do Tsuchiya Ryu: Biografías <http://tsuchiya-ryu.com.ar/bios.html>
- *Como aprender karate-Do en "2 Días"*.
- Clayton D. Bruce: *Shotokan's Secret*, Black Belt books, Editorial Ohara Publications Inc. 2004. 312 p. ISBN 978-0-89750-144-6.

Enlaces externos

-  Wikimedia Commons alberga contenido multimedia sobre **Karate**Commons.
- Sitio oficial de la Federación mundial de Karate (<http://www.wkf.net/>)

Kyūdō

Kyūdō (弓道:きゅうどう?), que literalmente significa "camino del arco", es el arte japonés de la arquería. Es un arte marcial japonés tradicional formativo o (*gendai budō*); no debe confundirse con el Yabusame, que es el tiro con arco a caballo, ni con el Kyūjutsu, que es únicamente la técnica del tiro. Se estima que existen aproximadamente medio millón de practicantes del kyūdō; es practicado por hombres y mujeres de todas las edades. El kyūdō es un deporte curioso en el sentido de que una persona puede dominar el arte a los 90 o incluso los 100 años de edad.



Demostración a cargo de miembros de la Asociación Gotemba Kyudo.

Propósito del Kyūdō

En su forma más pura, el kyūdō es practicado como un arte y busca el desarrollo moral y espiritual del individuo. Muchos arqueros lo ven como deporte, pero la meta que los más devotos practicantes esperan alcanzar es "*seisha seichu*", "tiro correcto es golpe correcto". En el kyūdō, lo deseado es la acción única de expansión ("*nobiai*") que resulta en un tiro liberado naturalmente. Cuando el espíritu y el balance del tiro son correctos, el resultado es que la flecha llega al blanco. Abandonarse a sí mismo completamente en el tiro es el objetivo espiritual. A este respecto, muchos practicantes creen que la competitividad, la examinación y cualquier oportunidad que coloque al arquero en esta situación es importante; por el contrario, hay otros que evitan las competencias y examinaciones de cualquier clase.

Equipo

El "yumi" (arco) japonés es excepcionalmente largo (con aproximadamente dos metros), superando la altura del arquero (*kyūdōka*). "Yumi" son tradicionalmente hechos de bambú, madera y piel, usando técnicas que no han cambiado en centurias, aunque algunos arqueros (particularmente aquellos novatos en el arte) pueden llegar a usar "yumi" sintéticos (madera laminada y forrada con fibra de carbón o vidrio). Incluso avanzados *kyūdōka* llegan a usar "yumi" y "ya" que no están hechos de bambú debido a la fragilidad del bambú en climas extremos.

"Ya" (flecha) eran tradicionalmente hechas de bambú, emplumadas ya fuese con plumas de águila o halcón. Muchas siguen siendo hechas con bambú hoy en día (aunque hay excepciones) y las plumas son en la actualidad obtenidas de especies que no están en peligro de extinción, como pavos o cisnes. Cada "ya" tiene un género (masculinas "ya" se llaman "haya"; femeninas "ya" son "otoya"); creado de las plumas de los lados alternos del ave, "hayaya" giran conforme a las manecillas del reloj y las "otoya" del lado contrario. La "haya" es la primera en ser tirada.

"Kyūdōka" llevan un guante en la mano derecha, llamado "yugake". Hay diferentes estilos de "yugake", pero típicamente están hechos de piel de venado. Los practicantes pueden elegir entre un guante duro (con un endurecido pulgar) o un guante suave (sin el pulgar). Hay diferentes ventajas en ambos.

Grados kyūdō

Usando un sistema que es común en el budō moderno, la mayoría de las escuelas kyūdō periódicamente sostienen exámenes, que, de ser aprobadas, otorgan al arquero un grado que puede ser un nivel "kyū" o un "dan". Sin embargo, las escuelas tradicionales seguido otorgan grados a estudiantes como reconocimiento tras adquirir estatus como instructor usando el antiguo sistema "menkyo" (licencia) de "Koryū budō"

Aunque los grados "kyū" y "dan" del kyūdō son similares a aquellos de prácticas budō, las cintas coloreadas u otro símbolo externo del nivel no son usados por los practicantes del kyūdō.

Escuelas y ramas del Kyudo

El Kyudo puede dividirse en 3 ramas y estilos. Estos son sus principales exponentes hoy en día

- Kisha arquería montada y ceremonial:

Takeda-ryu (武田流) Sitio de la escuela Takeda-Ryu
Ogasawara-ryu (小笠原流) Escuela Ogasawara-Ryu

- Hosha arquería a pie militar:

Heki-ryu (日置流)
Heki-ryū Chikurin-ha (竹林派)

Bishū Chikurin-ha (尾州竹林派)
Kishū Chikurin-ha (紀州竹林派)

Heki-ryū Insai-ha (aka. Heki Tō-ryū) (印西派) (日置当流) Secta Insai Ha
Heki-ryū Sekka-ha (雪荷派)
Heki-ryū Dōsetsu-ha (道雪派)

Honda-ryū (本多流) Honda Ryu
Yamato-ryū (大和流)

- Dosha arquería de templo.

- Arquería Unificada:

Federación Japonesa de Kyudo

-Características de cada escuela:

Cada escuela o tradición tiene su particular método de enseñanza. Enfoque y estilo del disparo.

-Enfoque Ceremonial vs. Funcional:

La escuela Ogasawara se enfoca en la parte ceremonial del disparo. Mientras que la escuela Heki se enfoca en la precisión y velocidad del disparo para las batallas.

Por su parte la arquería de templo ha dejado a un lado la utilidad por un enfoque "espiritual" y deportivo en las competencias Toshiya. Las ramas híbridas como la federación, se enfocan en unir y estandarizar la enseñanza de estas técnicas.

-Estilo de disparo Shamen y Shomen:

Existen dos estilos principales de manejar el arco, El estilo Shomen, usado por la rama Kisha y unificada, se caracteriza por el levantar el arco delante del arquero. En el estilo Shamen usado predominantemente por la rama Hosha y Dosha, el arco se levanta por el costado del arquero.

Kyūdō en la Cultura Popular

Los siguientes personajes ficticios practican kyūdō:

- Shimada Kambei de la película Los Siete Samuráis.
- Kikyō del anime InuYasha.
- Doumeki del anime y manga *xxxHOLiC*.
- Suoh Takamura del anime y manga Clamp Gakuen Tanteidan.
- Naoji del anime y el juego Meine Liebe.
- Kaho Mizuki y Yukito del anime Card Captor Sakura son practicantes del kyūdō.
- Juna del anime Earth Girl Arjuna.
- Chikane Himemiya del anime Kannazuki no Miko.
- Uryū Ishida del anime Bleach (manga) (luego utiliza diversos arcos distintos mas pequeños).
- Yoko Tsuno de la historieta homónima del francés Roger Leloup.
- Takaki Tono, protagonista de la película 5 Centímetros Por Segundo practica este arte en la segunda parte de la película.
- Connor Hawke (DC Comics), segundo Green Arrow e hijo de Oliver Queen, creció en un monasterio de kyūdō.
- Shado (DC Comics), es una asesina experta en esta práctica, y amante de Green Arrow.

Bibliografía

FALCONE, LUIS, "Kyudo Zen. Memorias del Japón. en Busca del Ser Interior." Artes Graficas Integradas S.A. 2010. Avalada por la Japan Foundation

Enlaces externos

-  Wikimedia Commons alberga contenido multimedia sobre **Kyūdō** Commons.

Argentina

- - web del Dojo de la 1 Escuela Sudamericana de Shugendo y Kyudo zen Capital Federal ^[1]
- - Web del Dojo Kyudo Kai Bariloche ^[2]

España

- Asociación Española de Kyudo - Página Oficial ^[3]
- Web del Dojo de Kyudo Mallorca ^[4]
- KyuDo - El arte del tiro con arco ^[5]

México

- - Kyudo en México ^[6]
 - - Mexico Kyudo Kai ^[7]
-

Referencias

- [1] <http://www.kyudozenargentina.com.ar>
- [2] <http://kyudokaibariloche-argentina.blogspot.com>
- [3] <http://www.kyudo.es/>
- [4] <http://www.kyudo-mallorca.es/>
- [5] <http://www.arc3d.net/doc.php?op=noticia3&id=33>
- [6] <http://www.kyudo.com.mx>
- [7] <http://www.kyudomexico.com.mx>

Budō



Budo (武道 *Budō*[?]) es un término que engloba el conocimiento técnico de las artes marciales japonesas llamado Bugei (Bujutsu (武術 "Artes de combate"[?])) y un conjunto de normas éticas para sus practicantes referidas a su aplicación de manera similar a lo que representaba el Bushidō para los guerreros samurái.

Historia

El bugei tradicional (anterior a la Restauración Meiji) se denomina koryu y era parte de la educación del guerrero samurái estando vedado a quienes no pertenecieran a ese grupo social pero después de la guerra Boshin en 1868 con la abolición del sistema feudal estas artes trascendieron al público general pero como el código Bushido no era aplicable a quienes no fueran guerreros educados en él desde su infancia se desarrolla el equivalente aplicable a la población general en las artes marciales modernas , tanto deportivas o no, denominadas gendai budo lo que parece indicar que su enseñanza debe ir acompañada de este conjunto de normas éticas y morales que hagan segura su práctica y aplicación. Las bases del Budo fueron estructuradas a finales del siglo 19 fundamentalmente en el Dai Nihon Butokukai a la vez que se estructuraban y organizaban las bases de las artes marciales modernas como el judo , el karate Do , el kendō y el Aikidō a partir de sus artes antecesoras como el Daitō-ryū aiki-jutsu , el jujitsu, el kempo/ kung fu de Okinawa o tode / tuidi, y el kenjutsu, entre otras.

Filosofía

En la filosofía oriental, especialmente en el Taoísmo, se explica la expresión de la realidad en dos aspectos complementarios: el Yin y el Yang. Yinn tiende a la quietud y el recogimiento, y Yang a la acción y la expansión. Ambos son la semilla de aspectos positivos y negativos de la Naturaleza, y del espíritu humano. El Confucianismo, el shintoísmo y la religión budista, sobre todo la corriente zen del budismo, habían influido profundamente en el Bushido y ahora son parte integrante fundamental del Budo. Como forma de meditación, la practica del Budo requiere el conocimiento del cuerpo y la respiración, el manejo de las emociones en diferentes situaciones, la estabilidad del pensamiento, y la sincronización con el movimiento exterior (tanto objetos como personas y seres vivos), la empatía y la introspección. Esto es común también al Tai Chi y el Kung-Fu chinos.

Bibliografía

- *Artes marciales (La dimensión espiritual)* Peter Payne. Ed Debate, Madrid 1990 (Título original: *Martial Arts*, Thames and Hudson LTD., 1981)
- *El espíritu de las artes marciales. Citas y aforismos de los grandes maestros.*
- *El arte de la Paz.* Recopilación de comentarios del maestro de Aikido Morihei Ueshiba.
- "Historia Moderna de Kendo", Tamio Nakamura Shimazu , Shobo 1985
- "Historia contemporánea del tiro con arco", Shigeru Takashi Koyama, 1994. ISBN 4-639-00146-0.
- Guttman, A. Thompson L. Japanese Sports: A History, University of Hawaii Press, 2001.
- G. Cameron Hurst III. Armed Martial Arts of Japan: Swordsmanship, and Archery, Yale University Press, 1988.
- Omichi, H. Yorizumi, K. (ed.) Kindai Budo no Keifu, Kyorin Shoin, 2003.
- Nakamura, T. (ed.) Kindai kendo-sho Senshu Vol 1-10, Hon no Tomosha, 2003.
- Kendo Jiten, Shimazu Shobo, 1994.
- Kindai Kendo-shi, Shimazu Shobo, 1985.
- Tanaka, M. Todo, Y. Higashi, K. Murata, N. Budo wo Shiru, Fumaido Shuppan, 2000.
- Watanabe, I. (ed.) Shiryō Meiji Budo-shi, Shin Jumbatsu, Oraisha, 1971.
- *Samurai Fighting Arts, The Spirit and the Practice*, Fumon Tanaka, ISBN : 978-4-7700-2898-3 / 4-7700-2898-9, Kodansha Int. 2003
- "Classical Bujutsu" Donn F. Draeger Weatherhill, 1996 ISBN 0-8348-0233-3
- "Classical Budo" Donn F. Draeger Weatherhill 2007 ISBN 0-8348-0234-1

Enlaces externos

- Escuela de Budo Ryu ^[1]
- Artes Budo ^[2]

Referencias

[1] <http://www.budoryu.org/>

[2] <http://www.institutozen.com/budo/budo.html>

Aikidō

Aikidō	
<div>合気道</div>	
<div></div> <div>O-Sensei Morihei Ueshiba, maestro fundador del Aikido</div>	
Otros nombres	合気道
Tipo de arte	Luctatorio
Género	Híbrido
País de origen	<div><div></div>Japón</div>
Proviene de	Daitō-ryū Aiki-Jujutsu, Kenjutsu, Sojutsu
Creado por	Morihei Ueshiba
Actualmente liderada por	Moriteru Ueshiba
Escuelas	Aikikai, Yoseikan, Shodokan, Ki Aikido, Yoshinkan, Iwama Ryu, Aikibudo, y otras.
Derivados	Algunas variantes modernas del Hapkido. Como el Hankido
Especialidad	Luxaciones articulares, lanzamientos, inmovilizaciones/ sumisiones, estrangulaciones, golpes a puntos vulnerables y vitales, manejo de armas tradicionales
Grado de contacto	Segùn escuela.
Practicantes famosos	Kisshomaru Ueshiba, Moriteru Ueshiba, Morihiro Saito, Koichi Tohei, Yoshimitsu Yamada, Gozo Shioda, Minoru Mochizuki, Kenji Tomiki, Steven Seagal, Christian Tissier
Emparentado con	<i>Daito Ryu Aikijujutsu</i> ; Kenjutsu; Sōjutsu, Bojutsu, Iaijutsu. Judo.
Deporte Olímpico	No

El **aikidō** (合気道、合氣道[?] "el camino de la energía y la armonía") es un gendai budō o arte marcial tradicional del Japón. Fue desarrollado inicialmente por el maestro Morihei Ueshiba (1883-1969), aproximadamente entre los años de 1930 y 1960.^[1]

La característica fundamental del aikido es la búsqueda de la neutralización del contrario en situaciones de conflicto, dando lugar a la derrota del adversario sin dañarlo, en lugar de simplemente destruirlo o humillarlo. El Aikido busca formar a sus practicantes como promotores de la paz.

Descripción general y filosofía

Las fuentes técnicas y tácticas principales desde las cuales Morihei Ueshiba desarrolló el aikido fueron algunas de las artes marciales del guerrero medieval japonés o samurai, como: el daitō ryū Aiki jujutsu (luxaciones, inmovilizaciones y proyecciones con base en la esgrima del estilo Itto Ryu), el yagyu ryu kenjutsu (esgrima con sable) y el hōzōin-ryū sojutsu (lanza).

Filosóficamente, se basa en el omoto ('gran origen'), una secta neosintoísta fundada a fines del siglo XIX por una mujer de nombre Nao Deguchi y propagada a comienzos del siglo XX por su yerno, Onisaburo Deguchi, la cual tuvo una influencia importante en el pensamiento de Ueshiba desde el año 1919.

El maestro Morihei Ueshiba concluyó que el verdadero espíritu de las artes marciales no debe centrarse en el combate o la competencia deportiva, sino en la búsqueda de la perfección física y mental del ser humano, a través del entrenamiento y la práctica continuada.

Basándose en la enseñanza de su creador, el aikido en general se niega a convertirse en un deporte competitivo y rechaza todo tipo de certámenes o concursos que incluyan las divisiones por pesos, las clasificaciones basadas en el número de victorias y la recompensa a los campeones, ya que estas cosas, entiende, sólo alimentan el ego, y a largo plazo, la falta de interés por los demás.

En las propias palabras de *O-Sensei*, definiendo los «*Cinco Principios del Aikido*» que estructuran su «núcleo», se aprecia la profunda espiritualidad y religiosidad de su pensamiento:

1. Aikido es el camino que une a todos los caminos del universo por toda la eternidad, es la Mente Universal que contiene todas las cosas y unifica todas las cosas,
2. El Aikido es la verdad enseñada por el universo y se debe aplicar a nuestras vidas en esta tierra;
3. Aikido es el principio y el camino que unen a la humanidad con la Conciencia Universal,
4. Aikido llega a su término cuando cada individuo, a través de su verdadero camino, se hace uno con el universo,
5. Aikido es el camino de la fuerza y la compasión que lleva a la perfección infinita para una mayor gloria de Dios.

Historia

Morihei Ueshiba, llamado también O-Sensei, *Gran Maestro*, desarrolló el Aikido tras estudiar en varias escuelas de artes marciales de combate con y sin armas, entre ellas:

- Hōzōin-ryū sojutsu, combate con lanza
- Tenjin shin'yo ryu jujutsu, lucha cuerpo a cuerpo, con Tokusaburo Tozawa en 1901
- Gozo-Ha Yagyu Shingan Ryu, kenjutsu, esgrima con sable, con Masakatsu Nakai entre 1903 y 1908
- Judo estilo Kodokan, con Kiyochi Takagi en 1911
- Daito Ryu aiki-jujutsu con Sōkaku Takeda desde 1915 hasta 1937 aproximadamente, siendo uno sus discípulos más destacados.^[2]

En 1927, Ueshiba se muda a Tokio y con permiso de Takeda abre su primer dojo llamado *Kobukan*, en el que enseña *Aiki-jūjutsu*.^[3]

Posteriormente, Ueshiba fue haciendo su propio camino, separándose de Takeda, e implementando cambios en las técnicas. Estos cambios fueron reflejándose en los nombres que fue adoptando para referenciar sus enseñanzas. De modo que del *Aiki-jūjutsu*^[3] original pasó a ser *Ueshiba-ryū*,^[4] del que quedan algunas variantes tradicionales y modernas practicadas en Japón, Bélgica, España, Francia, Holanda, y otros países de Europa, después de *Asahi-ryū*^[5] pasó a ser *Aiki Budō*.^[6]



La palabra "aikido" en caracteres japoneses kanji.

Finalmente en 1941 establece *Aikido* como nombre oficial,^[7] aprovechando la ocasión de una reorganización de la Dai Nihon Butokukai, una entidad fundada en 1895 con el fin de promover las artes marciales del Japón.

Tras la Segunda Guerra Mundial acaecida entre 1939 y 1945, las artes marciales fueron prohibidas durante unos años en Japón. A principios de febrero de 1948 el Ministerio de Educación concedió permiso para restablecer el Aikikai y el dojo principal de Tokio recibió el nuevo nombre de *Ueshiba Dojo* y se estableció allí la *Central Mundial del Aikido*.

En 1954 se trasladó la sede central del Aikido a Tokio estableciéndose el Hombu Dojo, y el título oficial de *Fundación Aikikai* para difundir el Aikido en el mundo.

El método del aikido

El ki en el aikido

El concepto del ki es equivalente al chino chi o qì, el hinduista prana o el griego pneuma y se traduce generalmente como «energía vital» o por analogías adecuadas a los diferentes contextos encontrados dentro de la práctica, como "aliento" o "espíritu", intención emocional, tensión muscular, dinámica y alineación corporal con la dirección/ ángulo del ataque, etc.

El aikido trabaja con el concepto de *ki awasé* (来合わせ) o mezcla del ki de nage y de uke, ki awasé es asimismo la denominación de una serie de ejercicios en pareja con el bastón medio o jō, y con el de *ki no musubi* (気の結び), o conjunción del ki de ambos participantes. Se atribuye al maestro Kōichi Tōhei haber popularizado el uso del término a través de sus libros y conferencias y al maestro Morihiro Saito la práctica de ejercicios con sable para el Ki no Musubi.



El armónico fluir del ki en el cuerpo del aikidoka durante la realización de una técnica y la combinación del ki de ambos participantes se consideran objetivos esenciales de la práctica del aikido. El *kiai* es una exhalación sonora que es parte del fluir de la energía vital, una intención emocional durante la ejecución de una técnica. El *kiai* es igualmente usado en el arte marcial japonés del karate-Do.

Enfoque de la práctica

Aunque las técnicas del aikido pueden usarse como defensa personal ante cualquier posible agresión (el aikido es un arte marcial completo y eficaz, afirmó el maestro Kisshomaru Ueshiba); el fundador, el maestro Morihei Ueshiba no las creó solamente como parte de un método mas de lucha cuerpo a cuerpo. Su intención fue desarrollar un arte marcial capaz de integrar a la persona en todos sus aspectos: físico, mental y energético. Llegado el caso, el practicante buscara defenderse con proporcionalidad (dentro de lo indicado por la ley), con firmeza pero con serenidad, procurando mantener el respeto hacia si mismo, impidiendo que la propia rabia o miedo lleguen a dominarle.

En el aikido no se utiliza la palabra «enemigo»; se le dice oponente, compañero, o simplemente *uke* ('el que es dirigido', 'el que ataca', 'el que se sacrifica' para desarrollar la técnica), pues mientras se entrena, si la mente ve un contrincante en la persona que realiza el ataque, el sentido competitivo impedirá una respuesta respetuosa hacia él. Por esto en la gran mayoría de estilos de aikido no hay competiciones que enfrenten un aikidoka contra otro.

Nage (de lanzar, proyectar, el que lanza), llamado en algunas escuelas *tori* (defensor), o sea quien realiza la técnica, busca evitar que, por descuido, rabia o descontrol, se inflija más daño sin sentido al uke. Los practicantes debemos ser conscientes de la responsabilidad que adquirimos al aprender técnicas de origen marcial, muchas de ellas potencialmente letales para nuestros compañeros. La persona que entrena aikido asume que desea cultivar sus

capacidades para mejorar su calidad de vida, no para maltratar a quien se le ponga por delante.

Siendo de personas inteligentes saber apreciar lo que piensan o sienten los demás, un aikidoka nunca menospreciará a su oponente, pues él/ ella / ellos le da la oportunidad de desarrollar su propio crecimiento personal. Se podría decir que uke es como un espejo para nosotros, el estado físico y psíquico en el que dejamos a nuestro compañero al acabar la técnica nos indicará en que estado estábamos nosotros. Dependiendo del grado de control que tengamos en nuestro cuerpo y nuestras acciones, dependerán los resultados.

Entre aikidokas experimentados siempre surge la duda si la filosofía del aikido es la que crea las técnicas, o es al revés; las técnicas llevan a la filosofía. Las dos razones son ciertas: al principio, cuando accedemos al aikido ignorando su espíritu, las técnicas nos hacen comprender que hay formas mas armoniosas de defenderse que simplemente golpeando con saña al agresor. Con el tiempo, sin embargo descubrimos que la persona no necesita, ni desea realmente hacer daño a los demás para protegerse, así que es una opción personal comportarse de forma violenta. Comprendemos que las técnicas de aikido contienen el espíritu de la Paz, puesto que nos educa el instinto primario de la agresividad. Al conseguir llegar aquí, el aikidoka se esfuerza porque las técnicas contengan el grado máximo de armonía.

Otro aspecto relevante en la practica de este Arte es el hecho de experimentar los dos papeles, atacante y defensor con el mismo ánimo, desde una perspectiva no solo de aprendizaje técnico, sino también como una experiencia que forma nuestro carácter. El papel de *nage*, no es mas importante que el de uke, bien al contrario se cree que si no desarrollamos primero la actitud de un uke que ataca de manera sincera, sin dudar; no se podra llegar a ser unos buenos *nage*. Esto es así debido a la particular forma de las técnicas de aikido, que buscan convencer antes que dominar, lo cual nos obliga a entender que le ocurre a uke cuando le realizamos una técnica.

Enfoque del aprendizaje

A diferencia de la gran mayoría de artes marciales tradicionales o modernas, y deportes de combate, que buscan condicionar o mecanizar los diferentes gestos de defensa y ataque, el aikido busca despertar nuestra conciencia reprogramándonos física, mental y emocionalmente hacia un proceso de continua creacion. Por esto el maestro Mitsugi Saotome afirma: "El aikido busca la educación de nuestro instinto agresivo"; entrenando nuestra percepción, desarrollando nuestra decisión, dando lugar a una ejecución / neutralización adecuada. Por esta razón se comienza por las tomas de muñeca, los agarres y retenciones para dar lugar a los agarres en movimiento, a los ataques tipo te-gatana o de mano sable; luego se dan los ataques armados tradicionales (sable, sable de madera, puñal, porra, lanza corta). Posteriormente se permiten los ataques en solitario con puñetazos, patadas, estrangulaciones así como sus combinaciones. Y finalmente se llega a las respuestas frente a uno o más oponentes. Permitiendo así el acercarse a la "realidad" del conflicto de manera progresiva, segura y gradual. Todas estas etapas del aprendizaje, se realizan dentro del marco/ patrón cíclico de la metodología 'kaisen' o de repetición - observación - análisis - retroalimentación - ejecución- repetición, en búsqueda del mejoramiento continuo, la cual es usada asimismo en el marco de las artes marciales japonesas tradicionales formativas o gendai budo. Como el kendo, el karate do, el kobudo, el kyudo y el judo.

Respecto a la táctica (desplazamientos y ubicación corporal respecto al opuesto(s); esta es fundamental en el aikido, pues se busca absorber y re canalizar la energía/ inercia, mientras que a la vez se evita el/(los) ángulo(s) de ataque del opuesto por: anticipación, encuentro o anclaje, y/o dispersión. Dentro de círculos y espirales de movimiento conjunto.

Las técnicas del aikido se desarrollan teniendo en cuenta los aspectos en común entre si mismas, de manera simultánea con la táctica; además de aplicar un acondicionamiento físico diferente al estar basado en la relajación, la alineación corporal, los giros, las torsiones y extensiones, además del desarrollo de una tensión dinámica muy específica. Logrando una fusión sincronizada de las trayectorias de ataque y defensa dentro de circuitos horizontales, verticales o diagonales de movimientos en elipse, circulares y/o en espiral. Esta es la razón fundamental por la cual se califica y critica al aikido como demasiado sofisticado, demasiado suave, algunas veces como complicado, y poco

práctico de aprender y aplicar a corto plazo, ya que es necesario el desarrollo de una gran percepción física y emocional, además de mucha práctica constante para aplicarlo efectivamente en situaciones de defensa personal; en comparación a los requerimientos en materia de relajación, sensibilidad y percepción interna de varios de los deportes de contacto. (Los cuales hacen un mayor énfasis en la mecanización y adaptación de los movimientos basándose en el desarrollo de las capacidades físicas como: la fuerza, la velocidad, la resistencia/ aguante, y la flexibilidad específica, y los límites respecto a tiempo y golpes permitidos incluidos en su reglamento; algunos ejemplos de estas disciplinas deportivas son: el boxeo, la lucha olímpica, el kickboxing, y las artes marciales mixtas).

Las categorías de grados

Dentro del aikido Aikikai, tradicionalmente se mantiene el sistema Kyu-Dan, heredado del judo; siendo el 10mo dan el máximo grado a otorgar.

Mudansha (Kyu)	Ninos (menores de 15 años)	Grados 10 a 1
	Mayores	Grados 5 a 1
Yudansha (Dan)	Fuku Shidoin (Instructor)	Desde grado 1
	Shidoin (Profesor)	Desde grado 3
	Shihan (Maestro)	Desde grado 6

Enseñanza de aikido a los niños

A diferencia de otras artes marciales, la enseñanza del aikido a los niños (Kodomo no aikidō - 子供の合気道) dentro del aikido Aikikai, no se encara como una práctica deportiva de competencia o combate, sino se busca modelar su carácter y capacidad de relacionarse con los demás. El aikido se basa en el principio de la no-resistencia, los niños aprenden a no ser agresivos, resolviendo los conflictos con un posible agresor en la calle o en la escuela, con calma y buscando neutralizarlo a través de técnicas de desequilibrio, inmovilización y control, sin causarle daño.

La enseñanza trata de motivarlos para que cada uno mejore respecto de sí mismo fuera de un marco competitivo o de comparación con el resto. Es decir, *«El Aikido fundamentalmente permite que cada niño trabaje sobre sus limitaciones»*. El progreso de cada practicante se mide respecto de sí mismo.

En la práctica del Aikido el niño aprende la importancia de los valores humanos tales como el respeto, la humildad, serenidad, comprensión, tolerancia, etc.; y se le ayuda a comprender que forma parte de un universo y como parte integrante de la naturaleza debe amarla y protegerla.

Impartir clases de Aikido a niños requiere una didáctica muy diferente a la que se utiliza con los adultos, este sistema de enseñanza se basa en juegos y actividades recreativas. ^[8]

Estilos y variantes

Como en el caso de otras artes marciales tradicionales, como el Karate Do, donde se dieron varias divisiones estilísticas y/o políticas. El aikido no es ajeno a las diferencias de opinión. Con el transcurso del tiempo, diversos maestros y alumnos de O- sensei Morihei Ueshiba siguieron su propio camino, cultivaron estilos propios y se orientaron hacia metas diferentes, como el enfoque deportivo, la defensa personal, la practica con armas tradicionales, la integración conceptual, los puntos en común con otras artes marciales tradicionales japonesas o gendai budo, el desarrollo del ki, el mejoramiento personal, y hasta el trabajo con discapacitados físicos.

Las principales escuelas de aikido y sus respectivos fundadores son actualmente:

Estilo	Fundador
aikikai	Kisshomaru Ueshiba (1921–1999).
iwama ryu	Morihiro Saito (1928–2002).
shin-shin-tōitsu-aikidokai o ki aikido	Kōichi Tōhei (*1920 -2011).
shodokan o tomiki aikido	Kenji Tomiki (1900–1979).
tendoryu	Kenji Shimizu (*1940).
yoseikan o yoseikan budo, o aikijujutsu yoseikan	Minoru Mochizuki (1907–2003).
aikibudo moderno	Alain Floquet (1939 -).
yoshinkan	Gozo Shioda (1915–1994).
aikido keitenkai	Michio Kanai (1940-).
aiki kokyū kan	Mituzo Kozono (1957-).

La etiqueta en el aikido

La práctica de la etiqueta se denomina *reiho* y está muy vinculada a las normas de cortesía japonesas así como a la profunda vocación religiosa de su creador, Morihei Ueshiba.

Al igual que las prácticas, la observancia de la etiqueta varía entre las diferentes escuelas, siendo en algunas muy estricta y en otras casi inexistente más que en algunas formalidades. El propósito de las normas de etiqueta no es sólo formal, su razón fundamental es la de crear y mantener un estado de ánimo concentrado y una disciplina acorde.

Formas de saludos

Seiza

En una correcta posición de seiza (sentado de rodillas), el practicante se sienta sobre sus talones, el dedo gordo del pie derecho puede cruzarse levemente por encima del izquierdo, pero no se cruzan los empeines de los pies. La espalda debe estar erguida, las rodillas ligeramente separadas, aproximadamente la anchura de tres puños. Ambas manos han de descansar levemente sobre los muslos. Las mujeres mantienen las rodillas juntas.

Seiza rei

Reverencia de rodillas en seiza . Un correcto *seiza rei* se realiza apoyando primero la mano izquierda con la palma hacia abajo por delante de la cara sobre el tatami, luego se apoya la derecha con el dedo índice y el pulgar tocando ligeramente los de la otra mano. Ambas manos forman así un espacio triangular entre ellas. Luego se dobla la espalda hacia delante hasta que la nariz ocupe el centro del espacio triangular que se ha creado con las manos. Luego se recoge primero la mano derecha y seguidamente la izquierda volviéndolas a su posición.

El Seiza rei ante el *kamiza*, o santuario frontal, marca el inicio formal de la práctica. En la mayoría de las escuelas, antes de comenzar la práctica y al terminar la misma, se realiza la forma tradicional de la religión Omoto, de la cual Morihei Ueshiba era devoto, que consiste en dos inclinaciones, dos palmadas, y una tercera inclinación. En este caso las manos se mantienen con las palmas juntas. La mirada debe dirigirse hacia el tatami.

Antes de iniciar un ejercicio, se saluda al compañero en seiza, en este caso, la reverencia no es tan abajo como ante el *kamiza*, y la mirada se dirige al frente, prestando atención a los movimientos del compañero.

Ritsu rei

Reverencia de pie ante el *kamiza*. Se realiza cuando se ingresa o se egresa del tatami. En posición erguida con los pies levemente separados, aunque en paralelo, las manos extendidas a los costados, se inclina un poco la cabeza y el torso superior, la vista hacia el tatami.

Es un saludo más frecuente que el *Seiza rei* al iniciar un ejercicio con un compañero, el ángulo de inclinación es menor que ante el *kamiza*, y la mirada se dirige al frente, prestando atención a los movimientos del compañero.

Tatehiza (Zaho)

Es una posición intermedia antes de sentarse en *seiza*. Se aplica, por ejemplo, cuando oficiando de *uke* en una demostración del *sensei*, éste la detiene para realizar una explicación. Esta posición permite incorporarse rápidamente.

Se retrasa un poco el pie izquierdo, y se flexionan ambas piernas hasta apoyar la rodilla izquierda en el tatami, con los dedos del pie doblados en contacto con el tatami. El pie y rodilla izquierda hacen la base de un triángulo y el pie derecho su vértice opuesto. Se juntan ambos pies y se baja la cadera hasta reposar en el talón izquierdo. Las manos reposan en los muslos.

Etiqueta durante la práctica**Inicio de la práctica**

Los *kohai*, practicantes, deben ingresar al *tatami* con tiempo antes del *sensei*, maestro. Cuando el *sensei* ingresa al *tatami*, los practicantes ya se encuentran sentados en *seiza*, mirando al *kamiza*, ordenados del más antiguo al más nuevo de derecha a izquierda y de adelante hacia atrás.

En algunas escuelas el *sempai*, el practicante más antiguo, se ubica adelantado más o menos un metro de los demás, el primero por la derecha. El *sensei* se ubica en *seiza* al frente, luego gira por su izquierda hacia el *kamiza* y todos realizan el *seiza rei*.

El *sensei* vuelve a girar hacia la clase y, con un *seiza rei* pronuncia un saludo de comienzo, por lo general «*onegaishimasu*»: por favor. Los practicantes responden del mismo modo. Luego el *sensei* indica ponerse de pie para comenzar la clase. En algunos casos el saludo lo dirige el *sempai* desde la derecha del tatami.

Durante la práctica

Se practica en silencio y concentración, evitando bromas y comentarios.

El practicante escucha las explicaciones del *sensei* con atención, evitando distraerse acomodándose la ropa, secándose la transpiración, etc.

Un practicante no corrige ni da indicaciones a su compañero, mucho menos si este es más antiguo que él, solamente realiza su práctica lo mejor posible para que el compañero aprenda.

Finalización de la práctica

A indicación del *sensei*, los practicantes se sientan en *seiza*, mirando al *kamiza*, ordenados del más antiguo al más nuevo de derecha a izquierda y de adelante hacia atrás. El *sensei* se ubica en *seiza* al frente, luego gira por su izquierda hacia el *kamiza* y todos realizan el *seiza rei*.

El *sensei* vuelve a girar hacia la clase y, con un *seiza rei* pronuncia un saludo de agradecimiento, por lo general «*domo arigato gozaimasu*» (Muchas gracias). Los practicantes responden del mismo modo. Luego el *sensei* indica ponerse de pie para dar por terminada la clase. Los practicantes se ponen de pie en orden, primero el más antiguo, y así hasta el más nuevo.

Etiqueta en la práctica con armas

Al ingresar al tatami con *jo* o *bokken*, se saluda con *ritsu rei*, o *tachi rei*, de pie. En algunas escuelas el *jo* se mantiene en la mano derecha pegado a la parte posterior del brazo, mientras en otras se lo presenta al *kamiza* con ambas manos mientras se realiza la reverencia. Si se trata del *bokken* se mantiene en la mano derecha con el filo, el lado convexo, hacia arriba y la punta hacia adelante.

Al comenzar la clase con *jo* o *bokken*, todos se ubican en *Seiza* como en la clase normal, con el *jo* o *bokken* a la derecha. Si se trata de un *bokken* se ubica con el filo hacia el practicante y la punta hacia atrás.

Cuando el *sensei* gira por su izquierda hacia el *kamiza*, toma el *jo* o *bokken* con la mano derecha, llevándolo consigo, para volverlo a dejar a su derecha. Se coloca el *buki* en forma horizontal paralelo a las rodillas delante de cada uno y bastante alejado como señal de respeto y confianza y se realiza el *seiza rei*.

El *sensei* gira por su derecha tomando el *jo* o *bokken* con la mano derecha y llevándolo consigo, para volverlo a dejar a su derecha antes del saludo a la clase.

Al entregar el *jo* a otro compañero siempre se hace ofreciéndolo con ambas manos. Para entregar el *bokken* a otro compañero, lo hace sujetándolo con la mano derecha ofreciendo el mango o *tsuka*.

Al finalizar la clase se procede de la misma manera para el saludo final.

Técnicas del aikido

Formas de ataque

Estas conforman las acciones de agarre/ retención/ captura, y golpes de mano (la mayoría basados en las trayectorias del sable).

- **Ai-hanmi-katatedori** (相半身): *el compañero toma mi muñeca derecha con su mano derecha, o mi muñeca izquierda con su mano izquierda.*
- **Gyaku-hanmi-katatedori** (逆半身): *el compañero toma mi muñeca derecha con su mano izquierda, o mi muñeca izquierda con su mano derecha.*
- **Katadori (-men-uchi)** (片取り面打ち): *el compañero me toma por el hombro con una mano y golpea verticalmente sobre mi cabeza.*
- **Munedomi** (胸取り): *el compañero me toma por la ropa, a la altura del pecho.*
- **Shomen-uchi** (正面打ち): *corte vertical sobre la cabeza.*
- **Yokomen-uchi** (横面打ち): *corte lateral hacia la cabeza.*
- **Chudan-tsuki**: *golpe de puño al estómago.*
- **Ushiro-katate-eridori**: *el compañero me toma por el cuello de la ropa desde atrás.*
- **Katate-ryotodori**: *el compañero me toma el antebrazo con ambas manos.*
- **Ryotodori**: *el compañero me toma por las muñecas con sus manos, desde adelante.*
- **Ryo-hijidori**: *el compañero me toma por los codos con sus manos, desde adelante.*
- **Ryo-katadori**: *el compañero me toma por los hombros con sus manos, desde adelante.*
- **Ushiro-ryotodori**: *el compañero me toma por las muñecas con sus manos, desde atrás.*
- **Ushiro-ryohijidori**: *el compañero me toma por los codos con sus manos, desde atrás.*
- **Ushiro-ryokatadori**: *el compañero me toma por los hombros con sus manos, desde atrás.*
- **Ushiro-katate-kubi-shime-katate-(tekubi-) tori**: *el compañero me estrangula con una mano desde atrás y al mismo tiempo me toma por la muñeca con la otra mano.*
- **Geri**: Patadas; pueden ser de frente (*mae*), laterales (*yoko*), en redondo (*mawashi*), hacia atrás (*ushiro*), en giro, etc... Son solo practicadas en algunos estilos debido al entrenamiento requerido para ejecutarlas, y a la destreza necesaria por parte del atacante para caer adecuadamente después de ejecutada la técnica, de luxación, barrido o lanzamiento.

Formas defensivas

- **Shisei** (postura, lenguaje corporal y actitud).
- **Metsuke** (mirada, visión periférica e intención).
- **Tai sabaki** (tácticas de defensa u ataque por medio del movimiento corporal unificado).
- **Irimi** (tácticas de entrada angulares respecto al centro del oponente, al tiempo que se evita su ángulo de ataque).
- **Tenkan** (táctica de movimiento(s) circulares envolventes respecto al centro del oponente a la vez que se dispersa y/o se redirige su ataque).
- **Irimi - tenkan** (combinación de las tácticas anteriores).
- **Ukemi** (técnicas de caídas dinámicas, o estáticas).
- **Te waza** (técnicas de movimiento de la(s) mano(s)).
- **Ashi waza** (técnicas de pasos, desplazamientos y barridos).
- **Uke waza** (técnicas suaves de "bloqueo"/ chequeo, desvío y conexión con el adversario). Como: uke nagashi ude (irimi y tenkan), tegatana uke nagashi ude (irimi y tenkan).

Técnicas básicas (Kihon waza)

- **Aiki taiso** (técnicas básicas de alineación corporal conjunta que incluyen: centrado, respiración, desplazamiento, extensión y rotación, físicamente alusivas a las proyecciones y luxaciones articulares; y filosóficamente relacionadas gestualmente con el sintoísmo), se llevan a cabo en solitario y por parejas.
- **Ukemi waza** (técnicas de caídas dinámicas y/o estáticas).
- **Kokyu ho** (trabajos posturales de respiración, coordinación segmentaria unificada, sensibilización nerviosa y relajación muscular, enfocados a desarrollar la armonía/ la conexión física y emocional con el opuesto o 'musubi'; con el fin de absorber la energía física e intención emocional para recanalizarle teniendo en cuenta la inercia, y la transferencia del peso corporal dentro de un movimiento circular).
- **Nage waza** (técnicas de lanzamiento basadas en el desequilibrio, o creación de un vacío según el caso).
- **Kansetsu waza** (técnicas de luxación articular).
- **Te waza** (técnicas de movimientos de la o las manos).
- **Ashi waza** (técnicas de pasos, pisotones, zancadillas, desplazamientos y barridos).
- **Shime waza** (técnicas de estrangulación).

Kihon Nage Waza (proyecciones base)

- **Shihonage** (四方投げ): proyección de las "cuatro" direcciones.
 - **Kote gaeshi** (小手返し): proyección por torsión de muñeca.
 - **Irimi nage** (入り身投げ): proyección por entrada o arremetida.
 - **Kaiten nage** (回転投げ): proyección por giro del brazo, por el exterior hasta el límite articular del hombro.
 - **Tenchi nage** (天土投げ): proyección de cielo y tierra.
 - **Kokyu nage** (コキユなげ): proyección dejando pasar.
-

Kihon Katame Waza (inmovilización de miembros superiores)

Los principios para inmovilización de miembros superiores son considerados así ya que son origen y/o producto del movimiento circular.

- **Ikkkyo** (一教), "primera enseñanza": retención por rotación interna del brazo y muñeca seguida de presión sobre el codo en extensión.
- **Nikkyo** (二教), "segunda enseñanza": retención por rotación externa y presión sobre la muñeca en flexión, manteniendo el codo en semi flexión.
- **Sankyo** (三教), "tercera enseñanza": retención por torsión interna del brazo, con el codo en semi-flexión y muñeca en flexión.
- **Yonkyo** (四教), "cuarta enseñanza": retención por rotación interna del brazo, manteniendo el codo en semi-flexión y con presión sobre un punto vulnerable (nervio radial).
- **Gokyo**, "quinta enseñanza": retención por flexión del brazo y presión sobre el codo, similar a ikkyo.
- **Rokyo**, "sexta enseñanza": retención por extensión y luxación del codo por la axila, similar a la técnica de " waki gatame" en el Judo.

Otras técnicas

- **Kokyu-waza**: técnicas de respiración, centrado y relajación.
- **Henka-waza**: variaciones/ combinaciones de las técnicas básicas.
- **Oyo-Waza**: técnicas libres aplicadas a la defensa personal.
- **Kaeshi-waza**: contratécnicas.
- **Renzoku-waza**: técnicas continuas, luxaciones articulares, inmovilizaciones y/ o lanzamientos múltiples.
- **Koshi-waza**: técnicas/ proyecciones con la cadera.
- **Suwari-waza**: técnicas desde posición de sentado.
- **Hanmi-handachi-waza**: técnicas con nage sentado y uke de pie.
- **Tachi-waza**: técnicas con ambos nage y uke de pie.



Ejecución de una técnica de aikido, por el maestro francés Gerard Blaize, 7 Dan.

- **Taninzu-dori**: técnicas contra varios atacantes.
- **Tanto-dori**: técnicas con y contra puñal, navaja o cuchillo.
- **Tachi-dori**: técnicas con y contra sable.
- **Jo-dori**: técnicas con y contra el bastón medio.
- **Kumi-Jo**: ejercicios de combate preestablecido con bastón medio o lanza corta.
- **Kumi-tachi**: ejercicios de combate preestablecidos con sable.
- **Tambo-dori**: técnicas con y contra el bastón corto.
- **Atemi-waza** : técnicas de golpeo a los puntos vulnerables.
- **Ateki-waza**: técnicas que buscan afectar la inteligencia emocional del opuesto.
- **Kyusho-waza**: técnicas de golpeo angular, presión o fricción a los puntos vitales, las cuales buscan facilitar la ejecución de un gesto técnico, sea una luxación o un lanzamiento. Igualmente pueden ser usadas en secuencia para atacar los sistemas nervioso, circulatorio, respiratorio o afectar el metabolismo energético de varios órganos.
- **Shime-waza**: técnicas de estrangulación.
- **Ne-waza**: técnicas de lucha en el suelo como continuación de una sumisión/ luxaciones múltiples, son solo practicadas superficialmente por algunos estilos.
- **Kuatsu**: técnicas de reanimación por medio de masajes, manipulación corporal y/o uso de los puntos de presión.
- **Kappo- waza**: técnicas de primeros auxilios en caso de lesiones articulares, óseas y de tejidos blandos, basadas en comparación segmentaria, manipulación corporal, tracción, reducción, y/o presión.

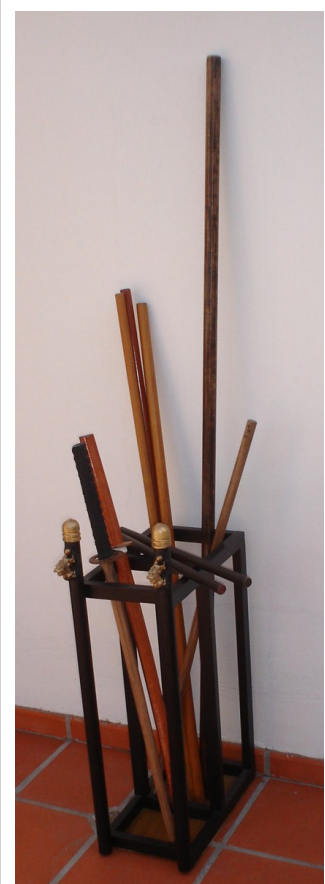
Técnicas con Armas tradicionales

El Aikido posee numerosas técnicas y tácticas de ataque, defensa, contraataque, y desarme. Practicadas por O-sensei Morihei Ueshiba; heredadas del kenjutsu (esgrima con sable clásica) y el kobudo (arte de las armas tradicionales), incluidas dentro de las trayectorias de sus movimientos. La mayoría de estilos, variantes, asociaciones y federaciones; promueven el uso de algunos o varios de los siguientes: el sable tradicional japonés o katana, el sable de madera o bokken (de aproximadamente 80 - 90 cm.), la lanza corta o bastón medio jo (1,10 o 1,30 m.), el bastón corto o Hambo (90 cm.), el bastón largo o Bō (1,80 m). Y el bastón corto o tambo (35- 50- 55 cm). No solo como parte del entrenamiento en armas tradicionales, sino para una mejor comprensión de la dinámica de los diferentes movimientos en círculo y espiral encontrados en varias de las técnicas a mano vacía. Igualmente las armas tradicionales son entrenadas por medio del kihon (movimientos básicos), kata (formas preestablecidas en pareja o en solitario), y el kumi- jo o kumi-ken (o combate preestablecido, entre armas tradicionales iguales o diferentes).

Técnicas con el jo

Enumeración de algunas de las técnicas con el Jo (bastón medio, entre 1,1 y 1,3 m.)

- Tsuki (golpes directos, estocadas):
 - Choku-zuki:
 - Ushiro-zuki
 - Gedan-gaeshi
 - Jodan-gaeshi
 - Kaeshi-zuki:
 - Ushiro-zuki
 - Gedan-gaeshi
 - Jodan-gaeshi
 - Ushiro-zuki
- Uchikomi (golpes indirectos, similares a cortes):
 - Shomen-uchi:
 - Gedan-gaeshi
 - Yokomen-uchi:
 - Gedan-gaeshi
 - Nagare-gaeshi
 - Gedan-uchi:
 - Jodan-gaeshi
- Hasso (golpes directos o indirectos desde la posición lateral alta):
 - Shomen-uchi:
 - Chudan-zuki:
 - Ushiro-zuki
 - Koho barai
- Katate (movimientos de transición o golpes desde diferentes guardias y posiciones alta - media baja):



Armas tradicionales: bokken, jo, bo, hanbo y tambo

- Katate-gedan-gaeshi
- Toma-katate-uchi
- Katate-hachi-no-ji-gaeshi Hasso

Personajes famosos

En cine:

- Steven Seagal, 7 Dan Aikikai

En videojuegos: En la saga Tekken, literalmente «*Puño de hierro*»:

- Asuka Kazama (Daito Ryu Aikijujutsu, kempo japonès)
- Nina Williams (Daito Ryu Aikijujutsu, Koppo jutsu)

En The King of Fighters:

- Geese Howard

Referencias

- [1] Stevens, John; Rinjiro, Shirata (1984). *Aikido: the way of harmony*. Boston, Massachusetts: Shambhala. pp. 3-17. ISBN 978-0-394-71426-4.
- [2] Stanley Pranin. « Enciclopedia del aikido: Ueshiba, Morihei (<http://www.aikidojournal.com/encyclopedia?entryID=723>)» (en inglés) págs. 1. Consultado el 04-02-2008.
- [3] Pranin, Stanley (2006), « Aikijujutsu (<http://www.aikidojournal.com/encyclopedia?entryID=31>)», *Encyclopedia of Aikido*, .
- [4] Pranin, Stanley (2006), « Ueshiba-ryu (<http://www.aikidojournal.com/encyclopedia?entryID=733>)», *Encyclopedia of Aikido*, .
- [5] Pranin, Stanley (2006) "Sokaku Takeda in Osaka" (<http://www.aikidojournal.com/article.php?articleID=223>) Aikidojournal.com
- [6] Pranin, Stanley (2006), « Aiki Budo (<http://www.aikidojournal.com/encyclopedia?entryID=11>)», *Encyclopedia of Aikido*, .
- [7] Pranin, Stanley (2006), « Aikido (<http://www.aikidojournal.com/encyclopedia?entryID=18>)», *Encyclopedia of Aikido*, .
- [8] OAA, Organizacion Argentina de Aikido (2010), « Guía para el instructor (<http://www.aikidoargentina.org>)», *Enseñanza del Aikido para Niños*, .

Enlaces externos

-  Wikimedia Commons alberga contenido multimedia sobre **Aikidō** Commons.
- Aikikai Foundation (en japonés e inglés) (<http://www.aikikai.or.jp>)
- Organizacion Argentina de Aikido (<http://www.aikidoargentina.org>)
- Aikikai de Colombia (<http://www.aikikaidecolombia.org>)
- Centro Aikikai - Asociación Peruana de Aikido (<http://www.aikikaiperu.org>)
- Asociación Argentina de Aikido (<http://www.aikikai.org.ar>)
- Federacion Aikikai Argentina (<http://www.federacionaikikai.org.ar/>)
- Federación Internacional de Aikido (<http://www.aikido-international.org>)
- Asociación Sudamericana de Aikido (<http://www.asaikido.com.ar/index.htm>)
- Centro de Difusion del Aikido, Argentina (<http://www.cda-web.com.ar/index2.htm>)
- Shimbukan Argentina (<http://www.aiki.com.ar/shimbuS.htm>)
- Sansuikai International (<http://www.aikidosansuikai.org/sansuikaieng.html>)
- Aikido Shodokan International Headquarters (<http://homepage2.nifty.com/shodokan/en/index.html>)
- Iwama ryu (<http://www.iwamaaikido.com>)
- Koichi Tohei Ki society H.Q. (en japonés e inglés) (<http://www.shinshintoituaikido.org/english/>)
- Aikido tendoryu (<http://www.aiki-tendo.jp>)
- Aikido yoseikan (<http://www.yoseikanbudo.com>)
- Aikido yoshinkan (<http://www.yoshinkan.net>)
- Asociación de Aikido Keitenkai (<http://www.aikidokeitenkai.com>)

Gendai Budō

El término **gendai budō** (現代武道) significa "artes marciales tradicionales modernas" en japonés. Se puede contraponer a **Koryū budō** (古流武道), que se puede traducir como artes marciales clásicas tradicionales. El concepto de *gendai budō* abarca a las artes marciales tradicionales con y sin armas, como el karate-Do, Judo, Iaido, Kendō, Kyudo, Aikidō, Kobudo y otras pocas, surgidas después de la restauración Meiji (1868) en el Japón, al final del siglo 19 y principios del siglo 20. Estas artes marciales tradicionales buscan trascender el liquidar al adversario, al dar formación ética y una filosofía de vida a sus practicantes a su vez que cultivan el cuerpo, asimismo éstas pueden ser usadas para una defensa personal civil.

En la actualidad las artes marciales tradicionales japonesas se están especializando cada vez más debido a su enfoque deportivo o filosófico, convirtiéndose en disciplinas de precisión y/o exhibición. Haciendo a un lado varias técnicas útiles y necesarias para la defensa personal, encontradas antes como partes integrales o complementarias de su contenido. Algunas de estas son: las técnicas de desarme, de golpeo, varios tipos de luxaciones e inmovilizaciones, golpeo a puntos vitales, manejo de armas tradicionales y técnicas de reanimación. Debido a esto se puede describir de manera general el énfasis de estas artes marciales así:

Judō = lanzamientos, derribos, estrangulaciones, sumisiones y luxaciones, lucha cuerpo a cuerpo. Karate do = golpes con mano abierta, puñetazos, codazos, patadas, rodillazos, barridos, algunas luxaciones y algunos lanzamientos. Aikidō = luxaciones a miembros superiores, lanzamientos, inmovilizaciones, algunas estrangulaciones y unos pocos golpes. Kendō = manejo del sable de bambú o shinai en combate, y del sable real o katana en sus formas o kata. Kyudō = tiro al blanco con arco y flecha. Jodō = manejo del bastón medio (aproximadamente entre los 1.10 y 1.30 de longitud). Iaidō = manejo del sable desde la vaina. Naginatadō = manejo de la alabarda. Kobudō = manejo de las armas tradicionales del Japón, y de Okinawa.

Kendō

El **kendō** (剣道) o el camino del sable, es un gendai budō, o arte marcial japonés tradicional moderno. Es considerado en el mundo de las artes marciales como "el golf de las artes marciales", debido a su elegancia y refinamiento. En el kendo se combate portando una armadura (bōgu) y un sable de bambú o (shinai), y se realizan las formas preestablecidas o kata con un sable de madera o (bokken), así como en pocas ocasiones con el sable japonés real o (katana). El nombre proviene de *ken*: sable y *dō*: camino, vía. El kendo es considerado el heredero directo de algunas de las escuelas de esgrima japonesa clásica conocidas como Ryu, como la Itto Ryu, quienes se entrenaban en el arte clásico del sable o kenjutsu.



Combate de kendo o shiai.

Historia, antecedentes y orígenes

El guerrero medieval japonés o samurái buscaba ser indiferente hacia su propia vida en el fragor de la batalla, lo cual era considerado necesario para lograr la victoria, viendo a la distinción entre vida y muerte, como una ilusión. Desde tiempos antiguos los guerreros del Japón han sido formados a través de la práctica de la esgrima clásica o kenjutsu. Algunos de aquellos esgrimistas sobrevivientes establecieron escuelas de adiestramiento que continuaron durante siglos, cuya forma básica aún se practica hoy. Los nombres de las escuelas reflejan la esencia filosófica del fundador. De esta manera Itto-Ryu (escuela de un solo sable) indica la idea de su fundador, respecto a que todos los cortes con



Kendo en una escuela rural alrededor de 1920.

el sable emanaban desde y estaban contenidos en un corte esencial original. La Niten-ichi-ryu (escuela del doble sable), creada por el samurai invicto Miyamoto Musashi, enseñaba el uso del sable corto (shoto) y el sable largo (daito) al mismo tiempo. La Muto-ryu (escuela sin espada) expresaba la comprensión de su fundador Yamaoka Tesshu, que decía "No hay sable fuera de la mente" asimismo expresaba el entendimiento de que la esencia de la esgrima trascendía el proceso de pensamiento reflexivo.

Después de la restauración Meiji a finales del siglo XIX (19) en 1896, se reformaron las artes marciales tradicionales en el Japón. Originando lo que hoy conocemos como el gendai budo o artes marciales tradicionales formativas. En el caso de los estilos de esgrima con sable clásica o kenjutsu; estos fueron transformados y codificados en el Kendo moderno, conservando los ejercicios formales de las escuelas mas representativas del kenjutsu. Siendo estudiados

hoy en día usando sables de madera o (bokken) en forma de esquemas de combate preestablecidos o kata. En los entrenamientos y en el combate deportivo o "shiai" se usan el sable de bambú o (shinai), golpeando a objetivos predeterminados, y sólidas armaduras. Así pues hoy en día aún es posible embarcarse en la búsqueda de la espiritualidad del guerrero samurái de antaño. Conceptos como el Mushin o 'mente vacía' tan expresados exponentes del zen son la esencia del logro de los más altos niveles en el arte del kendo. Otros conceptos inherentes a la practica, como Fudoshin o 'mente impasible' son conceptos atribuidos a la deidad Fudo Myo-O (Acala), uno de los cinco 'reyes de la luz' en el budismo shingon, implica que las barreras no pueden ser arrastradas por la desilusión de la furia, duda, miedo o sorpresa presentadas por las acciones del oponente.

En 1920, Dai Nihon Butokukai (大日本武徳会, entidad promotora de la regulación de las artes marciales, tras la segunda guerra mundial) (1939-1945) cambio el nombre de la esgrima clásica conocida como: kenjutsu (剣術, técnica del sable) o **Gekiken** (居剣, sable golpeador) por el término **Kendo**.

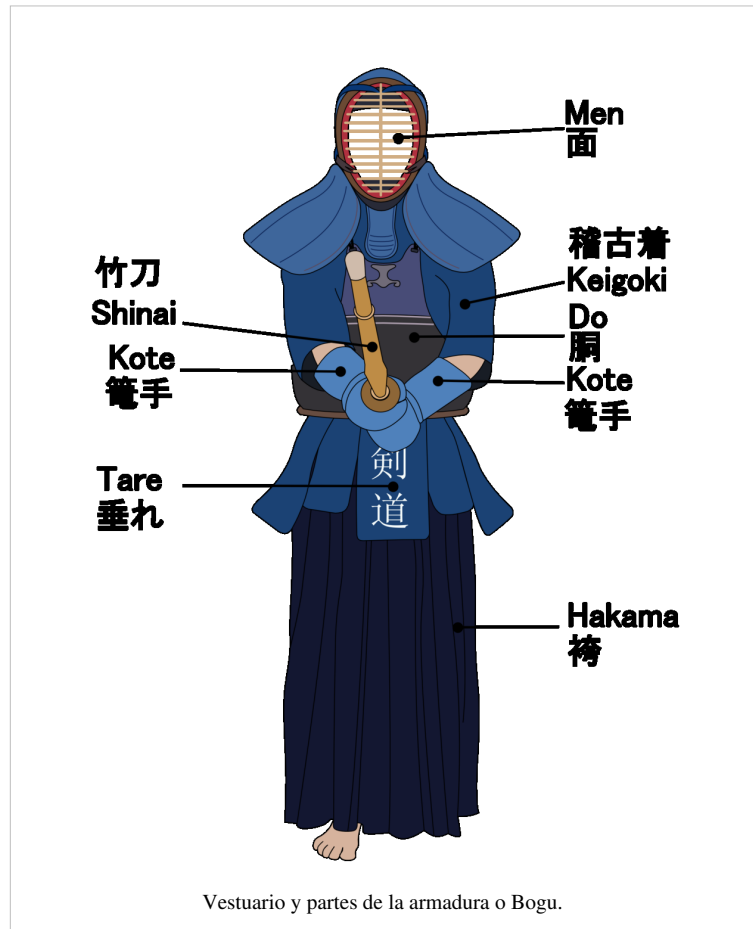
Graduaciones

El nivel de un practicante de kendo se mide, como en otras artes marciales tradicionales o Gendai Budo, por el sistema (Kyu- Dan) como en el caso del Karate-Do y el Judo por medio de graduaciones. En el caso del kendo, existen seis grados basicos o *kyu* (sexto *kyu* siendo el más bajo y primer *kyu* el más alto) y ocho grados intermedios y avanzados o *dan*, el primer *dan* o *shodan* es el más bajo y el más alto que se puede alcanzar por medio de exámenes es el octavo *dan* o *hachidan*. El examen de octavo *dan* permanece como el examen más exigente de todos en Japón, lo aprueba generalmente menos del uno por ciento de los aspirantes (se le considera aún más difícil que el examen estatal para convertirse en abogado, considerado el más duro del país).

Si bien los grados *kyu* se exhiben por medio de cinturones de colores en otras de las artes marciales tradicionales como: el Karate-Do y el Judo; y los grados *dan* por medio del cinturón negro. En el kendo no hay signos visibles que delaten el grado de la persona. En su filosofía la graduación lo aparente no tiene importancia: lo relevante es el kendo que el practicante hace. Los grados basicos o intermedios o *kyu* no se utilizan en el Japón, el camino comienza con el examen del primer *dan*. Grado otorgado partir de por lo menos 4 o 5 años de practica intensiva y frecuente.

Partes del bōgu (armadura)

- **Men:** Protector de la cabeza y el cuello, forrado y con una rejilla en la parte delantera llamada men-gane para proteger la cara. La rejilla del men nunca debe tocar el piso del dojo, se considera una falta de respeto.
- **Tenugii:** Es un pañuelo que se coloca entre la cabeza y el men, su función es amortiguar un poco los golpes y recoger el sudor de la cabeza y los cabellos para que no entren en los ojos.
- **Kote:** Protector de la mano y antebrazo. Opcionalmente también se pueden llevar guantes de tela antes de ponerte los kote, así el sudor no estropea dicha parte de la armadura.
- **Dō:** Protector del tórax y abdomen. La parte superior puede estar forrada en cuero o en cuerina, y es denominada mune. La parte inferior se denomina do-dai, antiguamente estaba hecha de laminas de bamboo recubiertas en distintos tipos de cuero (desde venado, hasta piel de tiburón) los cuales podían tener o no una capa de laca. Actualmente también se pueden encontrar do-dai de materiales sintéticos (ej.: fibra).



Vestuario y partes de la armadura o Bogu.

- **Tare:** Protector de la parte pélvica. Es un mandil grueso compuesto por faldones.

El bogu es usado sobre ropa la que consiste en una chaqueta de algodón gruesa (el Kendogi) y un par de pantalones de anchos pliegues similares a una falda o (hakama). Un pañuelo amplio hecho material suave (tenugui, a menudo decorado con caligrafía Japonesa y símbolos poderosos) que se usa debajo del casco o Men para absorber el sudor y minimizar el roce.

Las armaduras o bogu también son llamados kendogu, y varían según su calidad de amortiguación de impactos y precio, dependiendo de la cantidad de milímetros que separan las costuras (cuantos menos milímetros, mejor). El precio también varía dependiendo si la manufactura del bogu fue artesanal o industrial. Independientemente de la calidad del bogu, un practicante siempre debe ser muy atento en su mantenimiento, higiene, y aspecto general.

Uno se coloca la armadura de la siguiente manera:

- En seiza siempre se realizan las siguiente maniobras
- Colocarse el *tare*.
- Colocarse el *dō*.
- Colocarse el *Tenugii* y el *men*.
- Colocarse el *kote* izquierdo primero, y luego el derecho.

Hay que tener en cuenta que los *himos*(cordones) al amarrarlos deben coincidir todos al mismo largo.

Para sacarse la armadura se sigue el proceso inverso, empezando por el *kote* derecho.

Cuando se empaqueta la armadura debe tenerse presente que:

- No deben quedar *himos*(cordones) sueltos o colgando del paquete que conforma la armadura.
- No deben mostrarse las partes huecas de la armadura hacia el frente.
- Debe quedar bien empaquetada, simboliza una técnica depurada y un respeto por el oponente.

Para guardarla se extiende el *tare* (protector de muslos, y de la entrepierna) o el *dō* (protector del abdomen) en la estera o *tatami*, es más correcto poner el *tare* antes, pero el *dō* absorbe mejor los golpes y al ser colocada así previene que se estropeen otras partes del *bōgu*, después se pone encima con la parte de la cintura o del cuello de la siguiente pieza que hayas elegido dejar para después, si es el *tare* o el *dō*, después se introduce el *men* (casco) con la rejilla hacia arriba y el *tenugi* (pañuelo amplio) dentro, luego se insertan los *kotes* (o protectores de antebrazos) dentro del *men*, y por último los guantes dentro de los *kotes*, así si se tienen muñequeras que se llevan en algunos casos para prevenir lesiones. Todos los *himos* debe quedar bien recogidos dentro de sus respectivas piezas.

El Kendō como deporte competitivo o Shiai

El Kendō es un **método** de entrenamiento para el combate con sable de listones de bambú o "shinai".

La practica del Kendō va desde un aspecto meramente deportivo (Shiai) , hasta la práctica de formas tradicionales con el sable japonés (Nihon Kendo Kata) que recopilan varias de las tecnicas provenientes de las escuelas clasicas de kenjutsu, pasando por un marcado desarrollo de los valores de la persona. Todo esto lo hace difícil de definir, ya que busca ser algo más que un arte marcial tradicional (Budo), y algo más que un deporte competitivo. A los *kendoka* (practicantes de kendo) les gusta definirlo como un modo de vida. Además de que su filosofía puede aplicarse para enfrentar cualquier tipo de adversidad.

Aprendiendo el arte del Kendō

El peso total del equipo es cerca de 5 kilogramos. Durante una sesión de entrenamiento, se pierde tanta agua como en un día de spinning fuerte o una sesión de aeróbica de alto impacto. El combate y la practica del kendō es de hecho un gran ejercicio cardiovascular incluso si no se esta interesado/a en participar en competiciones.

Los principiantes siempre empiezan a entrenar sin armadura. Se comienza por aprender varias técnicas de movimiento de los pies (*ashi sabaki*), del cuerpo (*Tai sabaki*) y los cortes principales o suburis, buscando la obtención de un completo control del sable de practica o *Shinai*, que debe ser dominado antes de que sea tiempo para ponerse la armadura o *bōgu* y empezar a golpear con fuerza sobre el oponente; posteriormente se ejecutan todos los cortes con la armadura completa en contra de un oponente. Hay muchas técnicas diferentes que necesitan ser practicadas y refinadas una, y otra vez siguiendo el método *kaisen* o de mejoramiento continuo encontrado en todo arte marcial tradicional japonés o gendai budo; entre las varias técnicas y tácticas hay: contraataques, técnicas de evaluación de la situación, técnicas de movimiento rápido, desplazamiento tácticos, fintas, amagues, etc. Y el desarrollo de la resistencia y la agilidad.

Pero el ejercicio que la mayoría de los *kendokas* disfrutan más es el "keiko" Este es un ejercicio de lucha libre con un oponente, en el cual ambos *kendokas* tratan de usar sus técnicas adquiridas. Es un ejercicio físicamente exigente pero es muy divertido.

Para aumentar más el impacto y la motivación psicológica en los cortes hechos, la voz es usada en forma extensiva descargando la energía emocional con los impactos mediante el – (kiai) – o grito.

El *shinai* consiste tradicionalmente de cuatro palos de bambú unidos por correas de cuero y un mango de cuero. Hoy en día también hay *shinai*s de grafito disponibles, hechas de material de fibra de carbono mucho más durable, adecuadas para los propósitos de entrenamiento.

Nombre de las superficies de contacto donde está permitido el ataque

- Men (kendo): Cabeza. Consiste en un golpe vertical que golpea en la frente del adversario con el *shinai*. En caso de ser una espada de verdad debería cortar el cráneo por la mitad, inclusive pasar el filo entre las 2 paletas de la boca, y seguir hasta la mitad del cuello.
- Kote: Antebrazo. Se trata de cortarle la mano con la que sostiene la espada el adversario o ambas si es necesario, el golpe suele darse en vertical suponiendo que el adversario estuviese en guardia básica. Es un *men* extendido en el que el corte llega hasta el abdomen, pasa por delante de la cabeza sin cortarla pero separa limpiamente los antebrazos del resto del cuerpo.
- Dō: Abdomen. Normalmente se golpea en el lado derecho del abdomen, ya que en el izquierdo el oponente lleva la *saya* (funda de las espadas) y podría frenar el golpe de tal forma que quedase tu espada atascada o la herida infligida no fuese mortal, aunque en combate está permitido y es puntuable golpear ambos lados. La espada entra diagonalmente por el abdomen cortando desde el hígado hasta el ombligo produciendo una herida mortal tanto a corto como a largo plazo en caso de que sobreviva a la hemorragia inicial.
- Tsuki: Cuello (o la parte frontal del tórax). Se aprovecha la curvatura de la *katana* para introducir el arma por el hueco que hay entre el *men* y el *dō*. Es un golpe pocas veces utilizado en combate porque su ejecución requiere de gran exactitud debido al área sensible en la que se realiza la estocada, usualmente no está permitido en combates de *Kenshis* o practicantes con graduaciones menores al primer Dan. En un combate real con un oponente que llevase una armadura real sería una buena forma de atravesar las defensas. Para atacar al tórax no debe llevar armadura, y se ha de poner el sable con los filos paralelos al suelo, para aprovechar el hueco intercostal por el cual penetra la *katana*, y aprovechar la curvatura de la *katana* para alcanzar el corazón en lugar de los pulmones.

Influencias en otras artes marciales

El arte marcial japonés moderno o gendai budō que mayor influencia ha recibido del Kendō, tanto en su metodología de aprendizaje y su forma de ejecución ha sido el karate-Dō japonés estilo shotokan, donde se adaptaron los ejercicios por parejas para el combate a 5, 3 y 1 paso o *Gohon*, *Sambon* e *Ippon kumite*. Además del uso de la mano sable, conocida como "tegatana" o "Shuto" en bloqueos, chequeos, agarres y golpes. Incluso se adoptó la altura baja de algunas de las posiciones de pies teniendo en cuenta las katas del Kendō, la transmisión de la potencia a algunos golpes. Ya que el hijo del maestro Gichin Funakoshi fundador del estilo; Yoshitaka Funakoshi lo practicó, así como su sucesor el maestro Nakayama quien fundó la conocida JKA o Japan Karate Association, fueron ellos quienes incorporaron varios de estos principios físicos, técnicos y tácticos al combate sin armas. Es por eso que al Karate-Dō tradicional se le considera un sistema de esgrima corporal.

Asimismo el arte marcial japonés moderno del Aikido, deriva parte de su táctica y varias técnicas de algunos de los estilos clásicos de la esgrima con sable, o kenjutsu como el Onna-ha Itto Ryu kenjutsu y el Yagyu Ryu kenjutsu por esta razón parte de sus desplazamientos puede ser vista aún en el kendo actual.

En Corea el arte marcial moderno del sable coreano o Hankumdo copió el uniforme del kendo en su totalidad, así como varios aspectos técnicos, tácticos y los rituales, o ceremonia. Aunque sus formas o kata están más basados en las artes marciales chinas y nativas.


En las Filipinas, el arte marcial tradicional de la esgrima con bastones o Eskrima / kali / arnis, ha adaptado parte de la armadura del kendo a su práctica para hacerla más segura, y real al mejorar el grado de contacto.

Igualmente varias escuelas de artes marciales modernas no tradicionales, es decir híbridas, han incluido el combate con sables de práctica hechos en espuma flexible o chambara, con el fin de practicar combates al punto o bien adoptar algunas técnicas de forma irregular.

Artes marciales derivadas

- hankumdo o método moderno de esgrima con espada coreano.

Enlaces externos

-  Wikimedia Commons alberga contenido multimedia sobre **Kendō** Commons.
- Federación Internacional de Kendo ^[1]
- Federación japonesa de Kendo ^[2]
- Confederación de Kendo de la República Argentina (CKRA) ^[3]
- Federación Mexicana de Kendo (FMK) ^[4]
- Federación Argentina de Kendo (FAK) ^[5]
- Federación Chilena de Kendo ^[6]
- Federación Colombiana de Kendo ^[7]
- Kendo Rosario ^[8]

Referencias

- [1] <http://www.kendo-fik.org/english-page/english-top-page.html>
- [2] <http://www.kendo.or.jp/>
- [3] <http://www.ckra.com.ar/>
- [4] <http://www.kendofmk.org.mx/>
- [5] <http://www.kendoargentina.org/>
- [6] <http://www.kendo.cl/>
- [7] <http://kendocolombia.org/>
- [8] <http://www.rosariokendo.com.ar/>

Zafu

Un **zafu** (座蒲 en japonés o 蒲团 en chino) es un cojín redondo, de unos 35 cm de diámetro, y frecuentemente de unos 20 cm de altura, cuando ha sido sacudido. *Za* (座) significa *asiento*, y *fu* (蒲) significa *espadaña*.

Como palabra, *zafu* significa *asiento hecho de espadañas*. El origen de la palabra japonesa *zafu* (座蒲) viene de China donde estos asientos de meditación eran fabricados originariamente de espadañas. En la actualidad, éste ha dejado de ser el caso en Japón o China. En España, es posible encontrar zafus rellenos de miraguano.



Un zafu típico

Fabricación

Los zafus en la actualidad están cosidos a partir de tres piezas de tejido fuerte, normalmente negro: dos piezas circulares de igual diámetro para la tapa superior e inferior del cojín y un rectángulo largo de tela que cosido por ambos bordes con las demás piezas entre ellas. Tradicionalmente, los Zafus se rellenan con kapok o alforfón (trigo sarraceno).

Zafu y zazen

Los practicantes de Zazen, se sientan sobre él para realizar la práctica. Este cojín eleva las caderas, haciendo que la postura sea más recta y permita al practicante tener la columna erguida.

El zafu es tanto un accesorio como un símbolo en la práctica zazen. Antes y después de sentarse sobre el zafu, quien medita realiza un saludo (*gassho*) sobre el cojín como muestra de respeto y amistad entre los practicantes y el maestro. En muchos lugares de práctica, se realiza un saludo ya prescrito mientras se acerca hacia la sala de meditación o zendo.

Zabuton

Un Zabuton (座布, literalmente "futon para sentarse") es un cojín rectangular de aproximadamente 76x71 cm utilizado bajo el zafu para hacerlo más confortable y como mejora de apoyo para el zazen. La cobertura exterior suele estar hecha de tela fuerte y cuenta con una cremallera a lo largo del borde para poder lavar cómodamente el interior de algodón.



Un zafu de Sōtō Zen

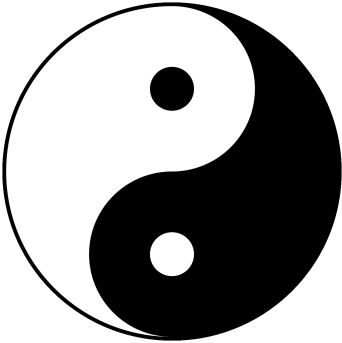



Enlaces externos

- [Cómo fabricar un Zafu \(en inglés\)](http://www.dharmaweb.org/index.php/How_to_make_a_Zafu) ^[1]

Referencias

[1] http://www.dharmaweb.org/index.php/How_to_make_a_Zafu

Taoísmo

Taoísmo	
<div></div> <div>Taijitu, Símbolo emblemático del taoísmo.</div>	
Fundador(es)	Lao Tsé
Deidad	Los Inmortales (para el taoísmo religioso)
Tipo	Religión china, filosofía espiritual, holismo
Número de seguidores estimado	Desconocido
Seguidores conocidos como	Taoístas
Escrituras sagradas	Tao Te King
Lengua litúrgica	Chino
País o región de origen	 China
Lugares sagrados	 Las cinco montañas sagradas del taoísmo, en China
País con mayor cantidad de seguidores	 China
Símbolo	El Ying Yang
Religiones relacionadas	Confucionismo, budismo chino, religión tradicional china

El **taoísmo** es una tradición filosófica y religiosa que lleva más de dos milenios ejerciendo su influencia en los pueblos del Extremo Oriente.

- 道教 en chino simplificado y tradicional
- *dàojiào* en pinyin
- literalmente ‘enseñanza del camino’

La palabra *tao* 道 (o *dao*, dependiendo de la romanización que se use), suele traducirse por ‘vía’ o ‘camino’, aunque tiene innumerables matices en la filosofía y las religiones populares chinas. La transcripción en pinyin es *dao*, cuya pronunciación más aproximada es /tao/.

El taoísmo filosófico se desarrolló a partir de los escritos de Laozi y Zhuangzi. Según la leyenda china, Laozi vivió durante el siglo VI a. C. y tradicionalmente se fecha en ese siglo la redacción del *Dàodéjing*, aunque según algunas investigaciones actuales es bastante posterior.

La esencia de la filosofía taoísta se encuentra en el *Daodejing* (el libro de la vía y el poder, o del camino y la virtud). El taoísmo religioso se fundó en el siglo III a. C.,^[*cita requerida*] pero no se convirtió en un movimiento religioso organizado hasta el siglo II d. C.

El objetivo fundamental de los taoístas es alcanzar la inmortalidad, si bien, a veces no se entiende esta literalmente, sino como longevidad en plenitud. De la misma manera, se decía que las personas que vivían en armonía con la naturaleza eran inmortales. Laozi fue deificado como dios taoísta —un inmortal—, encabezando un enorme panteón

de héroes folclóricos, generales famosos y sabios, todos los cuales alcanzaron la inmortalidad. Sin embargo, la antigua forma del taoísmo era la de una corriente filosófica y no una religión, por lo que los antiguos pensadores interpretaban por «inmortalidad» el hecho de autosuperación del propio ser en comunidad con el entorno, lo que implica buscar la superación y el progreso personal y colectivo, de acuerdo con la mutación constante que enseña el taoísmo.

Posteriormente, el taoísmo se mezcló con elementos del confucianismo, el budismo y la religión folclórica. La forma concreta de religión taoísta que fue llevada a Taiwán hace unos 300 años es típica de esta tradición. La característica más distintiva de la práctica actual es la adoración de los antepasados, junto con las deidades taoístas, lo que muestra el claro elemento tradicionalista del confucianismo y el culto religioso de las creencias míticas de Asia, las cuales ambas no eran válidas para los antiguos pensadores taoístas como Chuang Tsé.

Fundamentos del taoísmo

El Taoísmo establece la existencia de tres fuerzas: una pasiva, otra activa y una tercera, conciliadora. Las dos primeras se oponen y complementan simultáneamente entre sí, es decir que son interdependientes de manera absoluta y funcionan como una unidad. Son el *yin* (fuerza pasiva/sutil, femenina, húmeda...) y el *yang* (fuerza activa/concreta, masculina, seca...). La tercera fuerza es el *tao*, o fuerza superior que las contiene. (Véase yin-yang).

El significado más antiguo que existe sobre el tao dice: «*Yi yin, yi yang, zhè wei tao*», es decir, #un aspecto yin, un aspecto yang, eso es el tao".

Puede ejemplificarse esta concepción a partir del significado de las palabras: literalmente, *yang* significa 'la ladera luminosa (soleada) de la montaña', y *yin* 'la ladera oscura (sombria) de la montaña'; entiéndase la idea de montaña como símbolo de unidad. Así, aunque representan dos fuerzas aparentemente opuestas, forman parte de una única naturaleza.

La igualdad entre las dos primeras fuerzas entraña la igualdad de sus manifestaciones consideradas en abstracto. Por ello el taoísta no considera superior la vida a la muerte, no otorga supremacía a la construcción sobre la destrucción, ni al placer sobre el sufrimiento, ni a lo positivo sobre lo negativo, ni a la afirmación sobre la negación.

Las cosas cotidianas e insignificantes tienen un significado mucho más profundo del que nosotros le damos.

El gran taoísta Lin An define el camino de la felicidad de la siguiente manera:

La gran mayoría de las personas
qué vacía y mal se siente, porque usa
las cosas para deleitar su corazón,
en lugar de usar su corazón para
disfrutar de las cosas.

El tao es algo que no puede ser alcanzado por ninguna forma de pensamiento humano. Es así que casi en su inicio, el *Tao te king* reza:

El tao que puede ser denominado tao
no es el verdadero tao.

Para este algo no existe nombre, dado que los nombres derivan de experiencias; finalmente, y por necesidad de ser descrito o expresado, se lo denominó *tao*, que significa 'camino' o 'sendero [recto o virtuoso]' que conduce a la meta.



Cuando Lao Tse habla del tao procura alejarlo de todo aquello que pueda dar una idea de algo concreto. Prefiere encuadrarlo en un plano distinto a todo lo que pertenece al mundo. Porque el tao es como el espacio vacío para que se manifieste el todo. «Existía antes del Cielo y de la Tierra», dice, y, efectivamente, no es posible decir de dónde proviene. Es madre de la creación y fuente de todos los seres.

El tao engendró la unidad.

La unidad dio origen a las dos facetas

las cuales dieron el ser a la tríada

y la tríada produjo los diez mil seres.

El tao tampoco es temporal o limitado; al intentar observarlo, no se lo ve, no se lo oye ni se lo siente. Es la fuente primaria cósmica de la que proviene la creación. Es el principio de todos, la raíz del Cielo y de la Tierra (la madre de todas las cosas). Pero si intentamos definirlo, mirarlo u oírlo, no sería posible: el tao regresa al no-ser, ahí donde es insondable, inalcanzable y eterno.

Todas las cosas bajo el Cielo gozan de lo que es, lo que es surge de lo que no es y retorna al no-ser, con el que nunca deja de estar ligado.

El tao del no-ser es la fuerza que mueve todo lo que hay en el mundo de los fenómenos, la función, el efecto de todo lo que es: se basa en el no-ser.

El mundo de los seres puede ser nombrado con el nombre de no-ser y el mundo de los fenómenos con el nombre de ser. Las diferencias recaen en los nombres, pues el nombre de uno es ser y el del otro, no-ser, pero aunque los nombres son distintos, se trata de un solo hecho: el misterio desde cuyas profundidades surgen todos los prodigios.

Al encontrar el camino que conduce de la confusión del mundo hacia lo eterno, estamos en el camino del tao.

El taoísmo excluye el concepto de ley y lo sustituye por el de orden. Es decir, las cosas son de determinada manera debido a que su posición en un universo en permanente movimiento les confiere una naturaleza que las obliga a ese comportamiento. Así lo explica Dong Zhongshu, filósofo chino del siglo II a. C.:

Cuando se vierte agua en el suelo, esta evita las partes secas y va hacia las que están húmedas. Si dos troncos se colocan en el fuego, este evita el mojado y enciende el seco. Todas las cosas rechazan lo que es distinto y siguen lo que es igual.

Del mismo modo, las cosas hermosas llaman a otras cosas en la clase de las hermosas, las repulsivas llaman a otras en la clase de las repulsivas. Esto proviene del modo complementario en que se corresponden las cosas de la misma clase. Las cosas se llaman unas a otras, lo igual con lo igual; un dragón trayendo lluvia; un abanico apartando el calor; el sitio donde ha estado un ejército, llenándose de zarzas... Las cosas, hermosas o repulsivas, tienen todas un origen. Si se cree que construyen el destino es porque nadie conoce dónde está su origen. No hay ningún suceso que no dependa para su inicio de algo anterior, a lo que responde porque pertenece a la misma categoría, y por eso se mueve.

Tao es el nombre global que se da al orden natural. El objetivo del tao es enseñar al hombre a integrarse en la naturaleza, enseñarle a *fluir*, a integrarse en sí mismo en concordancia y armonía. El tao no es un creador porque nada en el mundo se crea ni el mundo es creado. Enseñar a compenetrarse con esta naturaleza y armonía de tal modo que llegue a experimentar en su propio cuerpo sus ritmos vitales. Sintonizándose el cuerpo humano mediante una serie de ejercicios con estos ritmos, ganando así serenidad mental y energía física.

A principios del siglo IV a. C. los filósofos chinos escribían sobre el yin y el yang en términos relacionados con la naturaleza.

Observando de la perspectiva del tao, se ve cómo todas las cosas se elevan, se vuelven grandes y luego retornan a su raíz. Vivir y morir es simplemente entrar y salir. Las fuerzas de la mente no tienen poder sobre quien sigue el tao. El camino del no-ser lleva a la quietud y la observación, y conduce de lo múltiple al uno. Para poder recorrer ese camino hace falta preparación interna. Mediante la práctica espiritual, la perseverancia, el recogimiento y el silencio se llega a un estado de relajación que debe ser tan sereno que posibilita la contemplación del ser interior, el alma, y así se logra ver lo invisible, escuchar lo inaudible, sentir lo inalcanzable.

Una historia representativa del pensamiento taoísta sería la siguiente: (Adaptado a partir de *Las religiones del mundo*, de Huston Smith).

El caballo de un campesino se escapó. Ante la conmiseración de su vecino, el campesino le dijo: «¿Quién sabe si es bueno o malo?». Y tuvo razón, porque al día siguiente el caballo regresó acompañado de caballos salvajes con los cuales había trabado amistad. El vecino reapareció, esta vez para felicitarlo por el regalo caído del cielo, pero el campesino repitió: «¿Quién sabe si es bueno o malo?». Y otra vez tuvo razón, porque al día siguiente su hijo trató de montar uno de los caballos salvajes y se cayó, rompiéndose una pierna. El vecino volvió a mostrar su pesar, y recibió nuevamente la anterior pregunta: «¿Quién sabe si es bueno o malo?». Y el campesino tuvo razón una cuarta vez, porque al día siguiente aparecieron unos soldados para reclutar al hijo, pero lo eximieron por encontrarse herido.

Lejos de una amoralidad o de una moralina latitudinaria, el taoísmo preconiza la armonía, allí está el equilibrio, un absoluto sobre las relatividades.

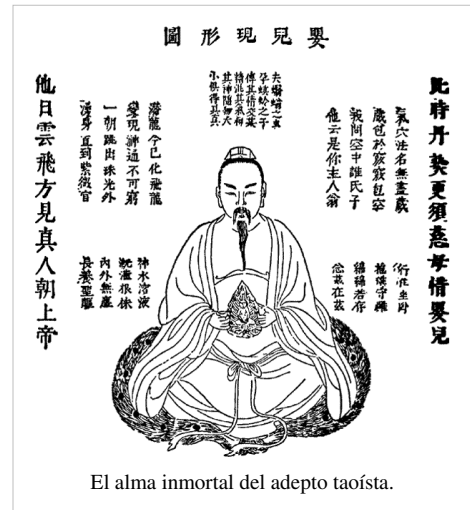
Esta ética se refleja en el arte.

Al llegar el budismo a China, el contacto entre el budismo y el taoísmo produjo entre otros efectos la escuela religiosa y filosófica budista Chán (sinización de la palabra sánscrita dhyana, que significa: meditación) y, esta, al pasar a Japón originó el zen.

El taoísmo influyó en numerosas áreas del conocimiento como la medicina y ciertas escuelas de meditación, e incluso las artes marciales. Existe un paralelismo en ciertas concepciones del taoísmo con el Tantra, en especial la visión del mundo como un ecosistema, y la consideración de una vía de iluminación dentro del acto sexual.

Características y elementos principales

- Laozi (Lao-Tsé): 604 a. C., obra principal *Tao te ching*.
- Preconiza: Armonía del hombre con el tao, al curso etéreo y dialéctico de los acontecimientos.
- Reprueba: La guerra, la resignación, la codicia, los prejuicios, los convencionalismos, los tabúes, la desigualdad, la sumisión, el sometimiento dogmático a normativas absolutistas o preconceptos prejuiciosos (lealtad filial, nacionalismo, legalismo, sumisión al culto, etc.).^[1]
- Preceptos: No posee un dogma al cual los fieles deben limitarse.
- Virtudes: Piedad, magnanimidad, abnegación, bondad, sacrificio personal, plantar árboles (entregar algo a la naturaleza u otros humanos), hacer caminos (en los mismos modos que los árboles), ser introspectivo, ser



analítico, contemplativo y meditativo, fomentar la honestidad y la equidad, enseñar al que no sabe.

Historia

- Siglo IV-II a. C.: influencia en la alquimia, la medicina tradicional china, la magia y la adivinación, por lo que se convierte en culto popular. Posteriormente influyó en las artes marciales, con sus conceptos de chi aplicados tanto a la salud como al combate, surgiendo así diversos estilos de kungfú taoísta (principalmente en la montaña Wudang), y también disciplinas como el chi kung y el taichí.
- Siglo II d. C.: el sacerdote imperial Zhang Daoling es el primer pontífice del taoísmo como religión; sincretiza la religión tradicional china con el taoísmo, para renovar el culto religioso imperial e imponer su forma de taoísmo teísta como doctrina de culto, a pesar de que esta interpretación religiosa es contraria a la ideología taoísta netamente filosófica que proponían Laozi y Zhuangzi.
- 1927: El pontificio es abolido por el gobierno chino.
- Promete la inmortalidad, en su sentido religioso como forma de vida eterna, pero en su sentido filosófico como alegoría de un concepto ontológico impulsor de la autosuperación.
- Observación fundamental: Alcanzar la inmortalidad, longevidad en plenitud, las personas que viven en armonía con la naturaleza son inmortales.
- Lao Zi es deificado como inmortal taoísta (héroes folclóricos, generales famosos y sabios), tomándose como tal esta idea de las deidades solo por los seguidores del taoísmo religioso, siendo tales alegatos rechazados por el taoísmo filosófico.
- Se mezcló con elementos del confucionismo, budismo y creencias locales (Taiwán hace 300 años), formando un sincretismo religioso que no es compatible con los conceptos originales del *Tao te king* de Laozi.
- Lo nuevo: adoración de los antepasados de cada uno, solo por parte del taoísmo religioso, pero no asimilado por el taoísmo filosófico.

Referencias



[1] *Tao te king*, capítulo 18.

Bibliografía

- Elorduy, Carmelo (1983). *El libro de los cambios (I Ching)*. Primera versión directa del chino al español. Madrid: Editora Nacional. ISBN 978-84-276-0643-2.
- Lao Tse (2006 (2.ª edición 2010)). *Tao te ching: los libros del tao*. Traducción directa del chino a cargo de Iñaki Preciado Idoeta. Madrid: Trotta. ISBN 84-8164-835-3.
- — (2009). *Tao te king*. Edición de Richard Wilhelm. Barcelona: Sirio. ISBN 978-84-7808-625-2.
- — (1998). *Tao te king. Libro del curso y de la virtud*. Traducción del chino y notas de Anne-Hélène Suárez. Madrid: Siruela. ISBN 84-7844-427-0.
- Lie Yukou (1987 (4.ª edición 2008)). *Lie Zi. El libro de la perfecta vacuidad*. Traducción directa del chino, introducción y notas a cargo de Iñaki Preciado Idoeta. Barcelona: Kairós. ISBN 978-84-7245-336-4.
- Maspero, Henry (2000). *El taoísmo y las religiones chinas*. Madrid: Trotta. ISBN 84-8164-308-4.
- Sun Tzu (2001 [7.ª edición 2010]). *El arte de la guerra*. Traducción directa del chino antiguo a cargo de Albert Galvany, coautor de la segunda traducción directa y completa del Yijing del chino al castellano. Madrid: Trotta. ISBN 978-84-8164-492-0.
- Vila, Jordi & Galvany, Albert (2006 [2.ª edición]). *Yijing. El libro de los cambios. Con el comentario de Wang Bi*. Segunda versión directa del chino al español. Gerona: Atalanta. ISBN 84-934625-9-4.
- Watts, Alan (2006 (9.ª edición)). *El camino del Tao*. Barcelona: Kairós. ISBN 978-84-7245-082-0.
- Wilhelm, R. (1960/2007 [32.ª edición]). *I Ching. El Libro de las Mutaciones*. Prólogo de C. G. Jung. Barcelona: Edhasa. ISBN 978-84-350-1902-6.

- Zhuang Zi (1996 (3.^a edición 2007).). *Zhuang Zi. «Maestro Chuang Tsé»*. Traducción del chino a cargo de Iñaki Preciado Idoeta. Barcelona: Kairós. ISBN 978-84-7245-335-7.
- — (1998 [2.^a edición 2005]). *Los capítulos interiores de Zhuang Zi*. Tercera versión en castellano (sólo los siete capítulos iniciales). Traducción directa del chino a cargo de Pilar González España y Jean Claude Pastor-Ferrer. Madrid: Trotta. ISBN 84-8164-239-8.

Enlaces externos

-  Wikimedia Commons alberga contenido multimedia sobre **Taoísmo** Commons.
-  Wikisource contiene obras originales de o sobre **Tao Te Ching**. Wikisource
- Bibliografía sobre taoísmo (<http://www.chinaviva.com/libros/taoismo.htm>)
- El elemento anarquista en el taoísmo filosófico (<http://www.celtiberia.net/articulo.asp?id=1851&cadena=Dingo>)
- Meditaciones taoístas (<http://www.vivirtao.com>)
- Camino hacia Tao (<http://es.path-to-tao.info/>), introducción al taoísmo religioso
- La página del Tao (<http://webpace.webring.com/people/ak/kandeal/>), introducción al taoísmo filosófico
- Relatos taoístas (http://www.estudiostradicionales.com/cm_Taoismo.html) en *Revista de Estudios Tradicionales*.

[[lad:Taoizmo}}

Sōtō

Sōtō Zen (Ch. Caodong), o la **escuela Sōtō** (曹洞宗 *Sotoshū*[?]) como es conocida en Japón, es una de las tres escuelas Zen en el Budismo japonés, siendo las otras dos las escuelas Rinzai y Ōbaku.

La escuela fue establecida inicialmente bajo el nombre Caodong durante la Dinastía Tang en China por Dongshan Liangjie en el siglo IX, la cual fue entonces traída a Japón por Dogen Zenji en el siglo XIII. Dogen es recordado hoy como el co-patriarca del Sōtō Zen en Japón junto con Keizan Jokin.^{[1][2]} Una de las características distintivas de esta escuela se encuentra en su práctica del Shikantaza, un particular acercamiento al zazen que es a veces mencionado como "estar sentado" o "iluminación silenciosa".^[3] Históricamente hablando, al Sōtō Zen le fue atribuido a menudo el despectivo término de "Zen agrícola" debido a su atractivo para las masas, mientras que la escuela Rinzai era denominada a menudo "Zen samurái" debido a su más extenso seguimiento samurái.^{[4][5]} Este último término para el Rinzai puede inducir a engaño dado que en la escuela Soto también hubo samuráis entre sus miembros.^[6]



Dōgen Zenji, acreditado fundador de la escuela Sōtō en Japón.

Los dos templos principales, o *honzan* (本山[?]) de la escuela Sōtō son Eihei-ji y Sōji-ji. Mientras Eihei-ji debe su existencia a Dogen, a lo largo de la historia este templo principal ha tenido significativamente menos afiliados que el Sōji-ji. Durante el periodo Tokugawa, Eihei-ji tenía aproximadamente 1.300 afiliados frente a 16.200 del Sōji-ji. Es más, de los más de 14.000 templos de la escuela Sōtō que existe hoy día, 13.850 de ellos se identifican a sí mismos como afiliados del Sōji-ji. Además, la mayoría de los cerca de 148 templos que son filiales de Eihei-ji hoy sólo son templos menores situados en Hokkaidō, fundada durante un período de colonización de la Era Meiji. Por lo tanto, a

menudo se dice que Eihei-ji es un templo principal solo en el sentido de que es "la cabeza de todos los linajes del dharma Sōtō".^[1]

Historia

Período temprano

Los inicios tempranos de la escuela Sōtō en Japón se remontan a 1227, fecha en que Dōgen regresó a Japón después de estudiar Ch'an en China, estableciéndose en Kennin-ji, Kioto. En China Dōgen había recibido la transmisión del Dharma de Tiantong Ruji en el mismo monasterio que Hongzhi Zhengjue fue una vez abad. Los propios escritos de Hongzhi sobre "iluminación silenciosa" han influido en gran medida en la propia concepción de Dogen de shikantaza.^[7] El *Eihei kōroku* aduce que, a diferencia de muchos de otros monjes japoneses que también habían viajado a China durante este período, Dogen regresó a Japón sin artefactos ni textos. En su lugar, llegó sólo con su propia realización y cuerpo físico. Esto es sin embargo incierto, dado que regresó con varias antologías de Kōan y otros documentos; por lo que Dōgen efectivamente introdujo a Japón en la tradición Kōan.^[8] John Whitney Hall escribe: "En las primeras obras que escribió después de su regreso a Japón, el *Fukan zazenji* (Principios para la promoción universal de *zazen*) y *Bendōwa* (Distinción del camino), abogó por el *zazen* (meditación sentada) como la práctica budista suprema tanto para monjes como para laicos. Esta afirmación de la primacía del Zen despertó la ira de los monjes Enryakuji, que tuvieron éxito en la conducción de Dōgen desde Kenninji donde había estado asentado tras su regreso a la capital".^[9] Después, según Philip B. Yampolsky, "encontrando la atmósfera de Kioto no conducente a sus objetivos, Dōgen transfirió sus actividades al área remota de Fukui donde estableció un monasterio en 1243. Aquí se dedicó a la instrucción estricta de sus discípulos. Pero con la muerte prematura de Dōgen el grupo perdió su enfoque y los conflictos internos provocaron una escisión. Los seguidores de Dogen pronto introdujeron elementos tan esotéricos como oraciones y conjuros en la enseñanza. En el tiempo del Cuarto Patriarca, Keizan Jōkin (1286—1325), el Sōtō Zen no estuvo ya focalizado en Fukai, pero había comenzado a extenderse por todo el país".^[10] El monasterio en Fukui que Dōgen fundó en 1243 (al que se refiere Yampolsky) es Eihei-ji, uno de los dos templos principales de Sotoshu hoy.



Puerta central en Eihei-ji.

Escisión

Dōgen fue sucedido a su muerte por su discípulo Koun Ejō, que como Dōgen creía en la primacía del budismo zen, resistiendo los esfuerzos externos de ahogar la tradición con otras creencias. La división a la que se refiere Yampolsky se produjo tras la muerte de Ejo, en una controversia llamada *Sandai sōron*, donde el monje que con el tiempo sería llamado el sucesor de Ejo, Gikai, fue exiliado a la provincia de Kaga, Dajōji (en la prefectura de Ishikawa). La segunda figura más importante en Sōtō, Keizan, no perteneció a la rama Eihei-ji sino a esta rama disidente.^[11] Keizan pasó a fundar Yoko-ji en la prefectura de Ishikawa en 1312, y posteriormente abrió Sōji-ji. En otro pasaje Bernard Faure escribe, "Según la tradición, en 1322 un decreto del Emperador Go-Daigo, quien había recibido de Keizan los preceptos de Bodhisattva, hizo de Sōji-ji un monasterio oficialmente reconocido. Dos años más tarde Keizan traspasó la dirección de este monasterio a su discípulo Gasan Jōseki mientras que él mismo volvió a Yōkoji a pasar sus últimos días, de acuerdo con el deseo que había expresado en el *Registro de Tōkoku*".^[12] Yōkoji era el templo principal de Keizan, y, "a pesar de las grandes esperanzas de Keizan por Yōkoji, fue otra de sus fundaciones, Sōji-ji, la que prosperaría después de su muerte, gracias a Gasan Jōseki y sus discípulos. A pesar de los esfuerzos de restauración emprendidos a finales del siglo pasado (esfuerzos que aún continúan), Yōkoji sigue siendo un lugar estéril".^[13]

Patriarcado

Aunque Dōgen es hoy considerado el patriarca original de la escuela Sōtō, según Charles S. Prebish y Steven Heine, "... durante mucho tiempo fue considerado como no más importante que otros antepasados, en particular el cuarto patriarca Keizan y Guin, el quinto patriarca del templo de Dōgen Eihei-ji, que a menudo competía con el templo principal fundado por Keizan, Sōjiji, originalmente situado en la península de Noto, pero trasladado a Yokohama en 1898".^[14]

Mientras Keizan es considerado hoy como un patriarca original (algunas fuentes dicen cuarto patriarca) de la escuela Sōtō, junto con Dōgen, en 1877 los jefes de la comunidad Sōtō lo reconocieron por un breve período como el fundador general de la escuela Sōtō. Según

William M. Bodiford, "En 1877 la jerarquía Sōtō anunció nuevas fechas basadas en el calendario solar para rituales anuales. El verdadero significado de ese anuncio, sin embargo, iba más allá del abandono del calendario lunar. Por primera vez servicios fúnebres por Keizan fueron incluidos entre los eventos anuales observados en todos los templos Sōtō. Hoy día se dice que aquella proclamación marca la fecha en que Keizan ganó el reconocimiento oficial como patriarca de toda la escuela Sōtō japonesa. Anteriormente, el único patriarca japonés común a todas las facciones Sōtō había sido Dōgen. Keizan, por el contrario, no era conocido como una fuente de autoridad religiosa, sino como el fundador de Sōjiji, el templo principal de la facción más grande de Sōtō".^[15] Según un ensayo de Hisao Inagika, Dōgen "se había implicado en lo que podemos llamar un movimiento laico en los tempranos días de su carrera misionera en Kioto; tras su retiro al monasterio Eihei-ji en Fukui (y en particular en sus posteriores años en el monasterio), prefirió aparentemente la disciplina monástica. Es precisamente por esta razón que hoy en día el Sōtō Zen japonés cita dos patriarcas, a saber, Dōgen, que se conoce como "*kōso*", y Keizan, que se conoce como "*Taiso*". Ambos términos significan el patriarca original, es decir, el fundador de la tradición Sōtō Zen japonesa".^[2]



Salón del Fundador en Sōji-ji, Yokohama.

Siglo XX

Los entierros siguen jugando un papel importante como punto de encuentro entre monjes y laicos. Las estadísticas publicadas por la escuela Sōtō manifiestan que el 80 por ciento de los laicos Sōtō solo visitan su templo por razones que tienen que ver con los funerales y la muerte, mientras que el 17 por ciento lo hacen por razones espirituales, mientras que el 3 por ciento visita un sacerdote zen en un momento de problemas personales o crisis.^[16]

La amplia mayoría de sacerdotes Sōtō norteamericanos, aunque incluyendo a los nacionales japoneses, principalmente aquellos de ascendencia americana y específicamente europea, se unieron en 1996 para formar la Asociación Budista Sōtō Zen (Sōtō Zen Buddhist Association). Aunque institucionalmente independiente del Sōtōshū japonés, la Sōtō Zen Buddhist Association trabaja estrechamente con lo que la mayoría de los miembros consideran que es su organización matriz. Con aproximadamente cien sacerdotes totalmente transmitidos, la Sōtō Zen Buddhist Association representa en la actualidad casi todos los linajes de Sōtō Zen japonés en Norteamérica.

Textos importantes

Sutras

El Sōtō Zen, como todo el Zen, se basa en los Prajñāpāramitā Sūtra, así como en general en los sutras del budismo Mahāyāna, como el Sutra del Loto, el Brahmajala Sutra y el Lankavatara sutra.

El Zen es influenciado en gran parte por la escuela Yogacara de filosofía así como por la escuela Huayan.

Textos Sōtō Zen

El poema de Shih-t'ou Hsi-ch'ien's (Shitou Xiqien, Sekito Kisen, 700–790) "La armonía de la diferencia y de la igualdad" (Sandōkai, 參同契) es una importante expresión temprana del budismo zen y es cantado en los templos Sōtō hasta el día de hoy. Uno de los poemas de Tung-shan Liang-chieh, el fundador del Sōtō en China, "La canción del despertar de la joya del espejo", también es cantada en los templos Sōtō. Otro conjunto de sus poemas sobre las Cinco Posiciones (Cinco Filas) de lo Absoluto y lo Relativo es importante como un conjunto de Kōans en la escuela Rinzai. Otros textos típicamente cantados en los templos Sōtō incluyen el Sutra del Corazón (Hannyashingyō), y el Fukanzazengi de Dōgen (instrucciones universalmente recomendadas para el zazen). La enseñanza de Dōgen se caracteriza por la identificación de la práctica como iluminación en sí misma. Esta se encuentra en el Shōbōgenzō.

Referencias

- [1] Bodiford, William M. (1993). *Sōtō Zen in Medieval Japan* (http://www.worldcat.org/oclc/26930004&referer=one_hit). ISBN 0824814827. .
- [2] Religion and Culture in Canada, 218-219
- [3] Senauke
- [4] Harvey, 165
- [5] Coleman, 53
- [6] Lu, 118
- [7] Leighton, 17
- [8] Kōans in the Dōgen Tradition
- [9] Hall, 625
- [10] Yampolsky, 4-5
- [11] Faure, 47
- [12] Faure, 7
- [13] Faure, 8
- [14] Buddhism in the Modern World
- [15] Sōtō Zen in Medieval Japan, 81
- [16] William M. Bodiford, "Zen in the Art of Funerals: Ritual Salvation in Japanese Buddhism," *History of Religions* 32, no. 2 (1992): 150.

Bibliografía

- Anderson, Reb (2001). *Being Upright: Zen Meditation and the Bodhisattva Precepts* (http://www.worldcat.org/oclc/44414111&referer=one_hit). Rodmell Press. ISBN 0962713899.
- Bodiford, William M. (09-01-2006). «Remembering Dogen: Eihei-ji and Dogen Hagiography (http://www.worldcat.org/oclc/47075600&referer=brief_results)». *Society for Japanese Studies* **32** (1): pp. 1–21. ISSN 1549-4721 (<http://worldcat.org/issn/1549-4721>).
- Bodiford, William M. (1993). *Sōtō Zen in Medieval Japan* (http://www.worldcat.org/oclc/26930004&referer=one_hit). University of Hawaii Press. ISBN 0824814827.
- Coleman, James William (2001). *The New Buddhism: The Western Transformation of an Ancient Tradition* (http://www.worldcat.org/oclc/48932003&referer=one_hit). Oxford University Press. ISBN 0195152417.
- Faure, Bernard (1986). *Visions of Power: Imagining Medieval Japanese Buddhism* (http://www.worldcat.org/oclc/44599484&referer=one_hit). Princeton University Press. ISBN 0691029415.

- Ford, James Ishmael (2006). *Zen Master Who?: A Guide to the People and Stories of Zen* (http://www.worldcat.org/oclc/70174891&referer=one_hit). Wisdom Publications. ISBN 0861715098.
- Hall, John Whitney (1988). *The Cambridge History of Japan* (http://www.worldcat.org/oclc/17483588&referer=brief_results). Cambridge University Press. ISBN 0521223520.
- Harvey, Peter (1990). *An Introduction to Buddhism: Teachings, History, and Practices* (http://www.worldcat.org/oclc/19589186&referer=brief_results). Cambridge University Press. ISBN 0521313333.
- Heine, Steven; Dale S. Wright (2000). *The Koan: Texts and Contexts in Zen Buddhism* (http://www.worldcat.org/oclc/41090651&referer=one_hit). Oxford University Press. ISBN 0195117484.
- Heine, Steven. « Kōans In The Dōgen Tradition: How and Why Dōgen Does What He Does With Kōans (http://www.worldcat.org/oclc/1485347&referer=brief_results) ». *Philosophy East & West* (University of Hawaii Press) **54** (1): pp. 1–19, 19p. ISSN 0031-8221 (<http://worldcat.org/issn/0031-8221>).
- Juergensmeyer, Mark (2006). *The Oxford Handbook of Global Religions* (http://www.worldcat.org/oclc/64084086&referer=one_hit). Oxford University Press. ISBN 0195137981.
- Kay, David N. (2004). *Tibetan and Zen Buddhism in Britain: Transplantation, Development and Adaptation* (http://www.worldcat.org/oclc/51315294&referer=one_hit). Routledge. ISBN 0415297656.
- Leighton, Taigen Daniel (2000). *Cultivating the Empty Field: The Silent Illumination of Zen Master Hongzhi* (http://www.worldcat.org/oclc/43978646&referer=one_hit). Tuttle Publishing. ISBN 0804832404.
- Looi, John Daido (1996). *The Heart of Being: Moral and Ethical Teachings of Zen Buddhism* (http://www.worldcat.org/oclc/42855782&referer=one_hit). Tuttle Publishing. ISBN 0804830789.
- Lu, David J. (1997). *Japan: A Documentary History* (http://www.worldcat.org/oclc/34876074&referer=brief_results). M.E. Sharpe. ISBN 1563249073.
- O'Halloran, Maura (2007). *Pure Heart, Enlightened Mind: The Life and Letters of an Irish Zen Saint* (http://www.worldcat.org/oclc/83977483&referer=one_hit). Wisdom Publications. ISBN 0861712838.
- Oldmeadow, Harry (2004). *Journeys East: 20th Century Western Encounters with Eastern Religious Traditions* (http://www.worldcat.org/oclc/54843891&referer=one_hit). World Wisdom, Inc.. pp. 528. ISBN 0941532577.
- Prebish, Charles S.; Steven Heine. *Buddhism in the Modern World: Adaptations of an Ancient Tradition* (http://www.worldcat.org/oclc/50730942&referer=one_hit). Oxford University Press. ISBN 0195146980.
- Senauke, Hozan Alan (April 2006). « A Long and Winding Road: Soto Zen Training in America (http://www.worldcat.org/oclc/38912788&referer=brief_results) ». *Teaching Theology & Religion* (Blackwell Publishers) **9** (2): pp. 127–132, 6p. ISSN 1467-9647 (<http://worldcat.org/issn/1467-9647>). OCLC 38912788 (<http://worldcat.org/oclc/38912788>).
- Slater, Peter (1977). *Religion and Culture in Canada: Essays by Members of the Canadian Society* (http://www.worldcat.org/oclc/2157551&referer=one_hit). Wilfrid Laurier University Press. ISBN 0919812015.
- Spuler, Michelle (2003). *Developments in Australian Buddhism: Facets of the Diamond* (http://www.worldcat.org/oclc/49952207&referer=brief_results). Routledge. ISBN 0700715827.
- Yampolsky, Philip B. (1985). *The Zen Master Hakuin* (http://www.worldcat.org/oclc/185642013&referer=one_hit). Columbia University Press. ISBN 0231060416.
- Dogen, Eihei /Masunaga, R. (trans). (1971) *Primer of Soto Zen: A Translation of Dogen's Shobogenzo Zuimonki(East West Center Book)*, University of Hawaii Press, ISBN 0-8248-0357-4
- Williams, D. R. (2004) *The Other Side of Zen: A Social History of Soto Zen Buddhism in Tokugawa Japan (Buddhisms: A Princeton University Press Series)*, Princeton University Press, ISBN 0-691-11928-7
- Koho, K.C. (2000) *Soto Zen: An Introduction to the Thought of the Serene Reflection Meditation School of Buddhism*, Shasta Abbey Press, ISBN 0-930066-09-X
- Dumoulin, Heinrich (2005). *Zen Buddhism: A History (Volume 2: Japan)*. World Wisdom Press, ISBN 0-941532-90-9
- Warner, Brad (2007). *Sit Down and Shut Up: Punk Rock Commentaries on Buddha, God, Truth, Sex, Death, & Dogen's Treasury of the Right Dharma Eye*, New World Library, ISBN 978-1-57731-559-9

En castellano

- Castro Sánchez, Aigo. *Las enseñanzas de Dôgen*. Editorial Kairos: Barcelona, 2002. ISBN 84-7245-515-7
- Comunidad Budista Soto Zen. *Budismo. Historia y doctrina*. Madrid: Miraguano.
 1. *Volumen I: Los Orígenes del Budismo*, 2006. ISBN 978-84-7813-296-6
 2. *Volumen II: El gran vehículo Mahâyâna*, 2007. ISBN 978-84-7813-309-3
 3. *Volumen III: El Zen*, 2009. ISBN 978-84-7813-342-0
- Deshimaru, Taisen. *Za-Zen: la práctica del Zen*. Edicions Cedel: Barcelona, 1976. ISBN 84-352-0437-5

Enlaces externos

- Sōtō Zen Internacional (<http://global.sotozen-net.or.jp/>) Web oficial de la escuela Sōtō Zen internacional
 - Centros Zen del mundo: Índice de países (http://iriz.hanazono.ac.jp/zen_centers/country_list_e.html)
 - Budismo en el mundo (<http://www.budismo.cl/dir/>)
 - Federación de comunidades budistas de España (<http://www.federacionbudista.es/>)
 - Budismo en España (<http://www.budismo.cl/dir/espana.html>)
-

Qì

Qì																	
																	
Sinograma "qì" en escritura de bronce																	
Nombre chino																	
Chino tradicional	氣																
Chino simplificado	气																
<table><tr><th colspan="2">Transliteraciones</th></tr><tr><th colspan="2">Mandarín</th></tr><tr><td>- Hanyu Pinyin</td><td>qì</td></tr><tr><td>- Wade–Giles</td><td>ch'i⁴</td></tr><tr><th colspan="2">Min</th></tr><tr><td>- Hokkien POJ</td><td>khì</td></tr><tr><th colspan="2">Canton</th></tr><tr><td>- Jyutping</td><td>hei³</td></tr></table>		Transliteraciones		Mandarín		- Hanyu Pinyin	qì	- Wade–Giles	ch'i ⁴	Min		- Hokkien POJ	khì	Canton		- Jyutping	hei ³
Transliteraciones																	
Mandarín																	
- Hanyu Pinyin	qì																
- Wade–Giles	ch'i ⁴																
Min																	
- Hokkien POJ	khì																
Canton																	
- Jyutping	hei ³																
Nombre japonés																	
Hiragana	き																
Kyūjitai	氣																
Shinjitai	気																
<table><tr><th colspan="2">Transliteraciones</th></tr><tr><td>- Hepburn revisado</td><td>ki</td></tr></table>		Transliteraciones		- Hepburn revisado	ki												
Transliteraciones																	
- Hepburn revisado	ki																
Nombre coreano																	
Hangul	기																
Hanja	氣																

Transliteraciones	
- Romanización revisada	gi
- McCune-Reischauer	ki
Nombre tailandés	
Tailandés	ชี
RTGS	Chi
Nombre vietnamita	
Quốc ngữ	khí

En la cultura china tradicional el *qì* (chino simplificado: 气, chino tradicional: 氣, pinyin: *qì*, literalmente «aire, aliento, disposición de ánimo», pronunciado "**chi**" [tʂʰi˥˥] en mandarín estándar) es un principio activo que forma parte de todo ser vivo y que se podría traducir como "flujo vital de energía".

El término está extendido también en otros países de Extremo Oriente como Corea u otros. Es similar a conceptos occidentales como *energeia*, magnetismo animal, élan vital o energía vital (vitalismo).

De acuerdo a la medicina tradicional china, el *qì* es una energía que fluye continuamente por la Naturaleza, y la interrupción de su libre flujo en el cuerpo es la base de los trastornos físicos y psicológicos.^[1]

Los practicantes de ciertas disciplinas afirman que el ser humano puede controlar y utilizar esta energía, a través de diversas técnicas, acrecentándola, acumulándola y distribuyéndola por todo el cuerpo o usarla en forma concentrada, como en el Tàijíquán, el Daitō-ryū aiki-jutsu, el Aikidō y otras artes marciales. Otros afirman poder curar cierto número de enfermedades y otros efectos liberando el libre flujo del *Qì* por el cuerpo humano. Éste es el caso de medicinas alternativas como el magnetismo curativo, *reiki*, la acupuntura la digitopuntura y de algunas disciplinas como el *qìgōng*.

La ciencia no admite el concepto de *qì* como un fenómeno real desde el momento que no resulta medible con ningún dispositivo y sus efectos pueden ser explicados como sugestión. La controversia en torno al *qì* está relacionada con la explicación de su operatividad como resultado de la intervención del *qì* como un fluido inmaterial (energía). Algunos maestros de *qìgōng* proclaman que pueden detectar y manipular de forma directa el *qì* e incluso operar con el mismo a distancia. Hay una corriente que incluye a algunos maestros de *qìgōng* tradicionales, que considera que el *qì* puede ser visto como un proceso biológico y su efectividad puede ser explicada en términos familiares para la medicina occidental. Sin embargo, ningún estudio ha demostrado la existencia de esta energía.

El Qì en la espiritualidad

El Qì y la respiración

En la mayoría de los sistemas espirituales y terapéuticos orientales se incluyen métodos de atención a la respiración o algunas técnicas de respiración. La herramienta principal para el conocimiento del *qì* es la respiración. En japonés, dada la tendencia polisémica de este idioma, *ki* se traduce a veces como *energía, presencia, voluntad, salud o respiración*. En el yoga hindú, la palabra sánscrita *prāṇa* tiene el mismo significado, queriendo decir *energía, respiración, sabiduría*. En algunos contextos la palabra japonesa *ki*, se traduce directamente por respiración. A través de la meditación en la respiración, o de técnicas de respiración, se afirma que se puede desarrollar la energía natural de la persona y armonizar su personalidad y metabolismo, en el caso que esta persona llegue a un punto de enojo máximo (lo cual es muy difícil), el *Qì*, puede explotar dentro del cuerpo de tal manera que el humano obtendrá gran flexibilidad y velocidad.

Algunos maestros de zen y budō afirman que la respiración es la respiración del cosmos, ya que todos los elementos de la naturaleza son una pieza del todo, y la realidad se expresa en procesos de opuestos que alternan (día/noche, invierno/verano, movimiento/quietud...), lo que se conoce como *Yīnyáng*. En meditación, la respiración se considera un vínculo entre el pensamiento, las emociones, el instinto y los estados físicos, y, al igual que en la ciencia occidental, una expresión del estado de ánimo.



Practicando el *qìgōng*.

Qì y tradición espiritual

El concepto de *qì* viene a menudo de la mano de tradiciones religiosas y filosóficas como el taoísmo, el budismo y el zen, y el yoga.

En el entrenamiento *Qigong* médico, se entiende que uno necesita entrar en un estado de no movimiento (*wu wei*). De este estado, uno puede entonces entrar en un estado de calma. Del estado de calma uno entonces podrá entrar en un estado de tranquilidad. Una vez en el, el cuerpo tendrá una ocasión de reajustar cualquier desequilibrio. En el *Qigong* médico, un estado de tranquilidad también proporciona una condición favorable para que la mente ayude en el ajuste del balance energético del cuerpo y en la cura.

Cuando se entra en un estado profundo de tranquilidad, es posible aunque raro que el *Yuan Shen* (Espíritu original) deje el cuerpo. No sucede generalmente en la mayoría de los principiantes en el entrenamiento médico de *Qigong* a menos que ése sea su objetivo. Casualmente, en el *Qigong* Budista y Taoísta, el objetivo más alto del entrenamiento es trabajar con el *Yuan Shen* como laboratorio. Un *qi* ligero (una vibración alta de *qi* no restringida al plano físico) es el combustible, el medio, que asiste el *Yuan Shen* a ir más allá de los límites del cuerpo físico. En el entrenamiento taoísta, se desea purificar el cuerpo físico para no restringir el componente original al mundo material

y poder viajar a los planos más altos para aprender y para desarrollarse.

Los individuos interesados solamente en la salud y la parte curativa del Qigong no necesitan tener conocimiento sobre este asunto. En el Qigong médico, solamente la vitalidad, la manifestación o la expresión de su energía vital es de preocupación.

Enlaces externos

- Definición de Qi o Chi en Wikilearning ^[2]

Referencias

- [1] Skopalik, C.; Marmori, F.: Curso de Medicina Tradicional China. Tomo 1. Pág. 95. 1993. ISBN 84-88597-01-0. Edita: Fundación Europea de Medicina Tradicional China (<http://www.mtc.es>)
- [2] http://www.wikilearning.com/que_es_el_chi-wkccp-19751-3.htm
- Rodríguez Cuadras, Manuel: Teoría Básica I. 2010. ISBN 978-84-614-0281-6 Edita: Fundación Europea de Medicina Tradicional China (<http://www.mtc.es>)

Keisaku

En Budismo Zen, un **Keisaku** (警策[?]) o **Kyosaku** es una vara plana de madera utilizada por el maestro del Soto durante los períodos de meditación para evitar el adormecimiento o lapsus de concentración.

Se utiliza dando golpes o serie de golpes suaves en la espalda y hombros de quien medita, en la zona muscular entre los huesos y la columna vertebral. El Keisaku es bastante fino y algo flexible y los golpes que da no hacen daño. El impacto, junto con su sonido agudo se considera estimulante.

La palabra **Keisaku** puede ser traducida como *Vara de alarma* o *estimulante*. En Soto Zen, el Kyosaku se utiliza a petición de quien medita, quien arquea la cabeza y hace la señal de Gassho con las manos exponiendo después cada hombro para recibir los golpes.

En el Zen Rinzai, la vara se pide de la misma forma, pero puede ser también utilizada a discreción del Ino, la persona encargada de esta tarea en la sala. Incluso en estos casos, no se considera un castigo, si no un revigorizante para quien medita que puede estar cansado de tantas sesiones de zazen.



Un keisaku con caligrafía.

Enlaces externos

- Foto ^[1] de un keisaku administrado en un zendo
- Artículo ^[2] que describe como debe utilizar el maestro el keisaku.

Referencias

- [1] http://www.yomiuri.co.jp/dy/columns/0005/img/lens177_04b.jpg
- [2] <http://onproductmanagement.wordpress.com/2007/10/04/how-different-people-handle-change>

Sumi-e

Sumi-e o **Suiboku** (墨画; también "水墨画;" 'suibokuga'^[2]) es una técnica de dibujo monocromático en tinta de la escuela de pintura japonesa. Se desarrolló en China durante la dinastía Tang (618 - 907) y se implantó como estilo durante la dinastía Song (960 - 1279). Fue introducida en el Japón a mediados del siglo XIV por monjes budistas zen y creció en popularidad hasta su apogeo durante el Período Muromachi (1338 - 1573).



Los Árboles de Pino por Hasegawa Tōhaku en el Museo Nacional de Tokio.

Referencia bibliográfica

- Manrique, María Eugenia (2006). *Pintura Zen. Método y arte del sumi-e*. Barcelona: Editorial Kairós. ISBN 978-84-7245-621-1.

Enlaces externos

- Escuela de Sumi-e España ^[1]
- Portal de Shodo y Sumi-e Japón-a-la-carta ^[2]
- Casa Asia ^[3]
- Art-g - Técnica Sumi-e ^[4]

Referencias

- [1] <http://www.bugei.eu/index.php/SUMI-E/sumi-e/Novedades-Escuela-Pintura-Sumi-e-mes-de-Mayo/html>
- [2] <http://cablemodem.fibertel.com.ar/japon-a-la-carta/Shodo.htm>
- [3] <http://www.casaasia.es/>
- [4] http://www.art-g.com.ar/sumi_e.html

Ikebana

La palabra **Ikebana** (生け花 ó いけばな "flor viva colocada"²) (de *ike(ru)* (生ける *colocar*²) y *hana* (sonoración de *hana*) (花, *flor*²) denomina el arte japonés de **arreglo floral**. También se conoce como **kadō** (華道 ó 花道 "el camino de las flores"²).

Más que un arreglo floral

Desde tiempos inmemoriales el ser humano ha utilizado flores para significar todos los acontecimientos especiales de la vida, nacimientos, bodas, funerales, conmemoración de victorias, competencias o certámenes y otros innumerables actos y celebraciones. Ha ofrecido a sus dioses como ruego, petición o agradecimiento de su ayuda y ha utilizado su simbolismo y belleza para transmitir sus sentimientos más íntimos y manifestar sus mejores deseos a los seres queridos o cercanos.

En todas las culturas y tradiciones y durante siglos, también se han utilizado flores para decorar ambientes o espacios tanto familiares como de uso social, e incluso, en diversas épocas, se ha reglado un protocolo para su utilización y se han fijado también normas para la composición de los arreglos.

Por lo tanto, no parece que sea nada singular-significativo que en la cultura japonesa haya surgido el ikebana que, desde Occidente, puede interpretarse como unas normas para realizar arreglos florales con una estética distinta a la occidental. Pero el ikebana es algo más, es un antiguo arte que emerge de un respeto hacia la naturaleza profundamente arraigado en la cultura japonesa, como otras muchas formas de arte japonés, tales como la caligrafía, la ceremonia del té y la poesía haiku. El ikebana es una disciplina basada en una forma de vivir en comunicación con la naturaleza— un *do* o filosofía.

El poeta japonés de Haikai, Matsu Basho (1644-1694), escribió en uno de sus diarios, *"Todos los que logran sobresalir en el arte poseen una cosa en común: una mente en comunión con la naturaleza a lo largo de las estaciones... y todo lo que ve una mente así es una flor y todo lo que una mente así sueña es la luna..."*

Se trata de la composición de motivos decorativos mediante flores, aunque también ramas, hojas, frutos y semillas. Además de su propósito estético, también se utiliza como método de meditación, ya que está conectado con el flujo de las estaciones y ciclos de la vida.

El hecho de que las obras sean efímeras, debido al material de que están hechas, lo convierte en un acto de reflexión sobre el paso del tiempo.

El origen de este arte, de más de 500 años de historia, fue religioso, pero actualmente se ha exportado a todo el mundo, y se ha convertido en un hobby de la clase alta europea y norteamericana.

Más que simplemente poner las flores en un recipiente, el ikebana es un arte disciplinado en el que la naturaleza y la humanidad se unen. Contrariamente a la idea del arreglo floral como una colección de acuerdo multicolor de flores, a menudo se hace hincapié en otras áreas de la planta, tales como tallos y hojas, y llama la atención hacia la forma, línea, etc. Aunque ikebana es una expresión creativa, tiene ciertas reglas que rigen su forma. La principal regla es que todos los elementos utilizados en la construcción deben ser de origen orgánico, ya sea ramas, hojas, hierbas, o flores. La intención del artista detrás de cada disposición se ilustra a través de combinaciones de colores de una pieza, las formas naturales, líneas elegantes y generalmente implica el sentido de la disposición.



Arreglo floral de ikebana.

Otro aspecto en el presente ikebana es su empleo del minimalismo. Es decir, un arreglo puede consistir en sólo un número mínimo de flores esparcidas entre los tallos y hojas. La estructura de un arreglo floral japonés se basa en un triángulo escaleno definida por tres puntos principales, por lo general ramas, considerada en algunas escuelas para simbolizar el cielo, la tierra y el hombre, y en otros, el sol, la luna, y la tierra. El contenedor también es un elemento clave de la composición, y varios estilos de la cerámica pueden ser utilizados en su construcción.^[1]

Historia

Con la introducción del budismo en Japón a través de Corea y China en el siglo VI, llegó también la costumbre del kuge, u ofrendas de flores en el altar. Un sacerdote budista de nombre Ono-No-Imoko insatisfecho con la forma despreocupada con la que los sacerdotes hacían las ofrendas florales en el altar de Buda, experimentó con arreglos que simbolizaban todo el universo. En sus diseños, las flores y las ramas se dirigían hacia arriba (nunca hacia abajo), y se disponían en grupos de tres para representar la armoniosa relación entre el cielo, hombre y tierra.

Los sacerdotes continuaron haciendo arreglos florales durante cientos de años, pero no hay constancia de ninguna forma o diseño que siguiera un sistema particular hasta finales del s. XV. En esta época, simultáneamente al Renacimiento italiano, Japón experimentó una explosión de desarrollo artístico, y se creó la arquitectura tradicional japonesa, tal y como la conocemos hoy en día, la poesía haiku, el teatro noh, la jardinería y se inició la formación de distintas Escuelas de Ikebana que han ido evolucionando y definiendo sus arreglos desde un punto de vista más tradicional o innovador, fluctuando siempre entre estilos más formales o informales.

En el siglo XIV, durante el mes de julio, muchos festivales (p.ej. el de Tanabata) se celebraban en los más importantes templos y santuarios. Tales eventos se conocían con el nombre de: **Shichiseki-Horaku-no-Hana**. Más adelante en el período Kamakura (1192-1333) se puso de moda construir dentro de un cuarto (zashiki) una especie de nicho (Tokonoma) donde se colocaban un arreglo floral, incienso y una vela. Debido a la estrechez del Tokonoma, los arreglos florales se hicieron para ser vistos sólo de frente.

En dicha época el concurso de flores **Hana-Awase** llegó a formar parte del concurso de poesía ya existente muchos años atrás: **Uta-Awase**. Con motivo de estos concursos no solamente se combinaban los dos artes, sino que se exhibían vasijas, contenedores y floreros. Los cortesanos, samuráis y monjes competían por el mejor premio, concursando con flores exóticas o vasijas de delicada belleza traídas de China.

Es la creación del primer arreglo floral, de línea muy estricta, con muchas reglas y restricciones llamado Tatebana (flor de pie/vertical) que se puede considerar como primer estilo que se puede llamar Ikebana. Las ramas y flores se colocó en un florero alto y estrecho. En el libro más antiguo de Ikebana "**Kaorai no Kadensho**" (1499) podemos encontrar ilustraciones sobre estos arreglos florales realizados en vasijas, con fondo de arena.

En esa época, el principal maestro de arreglos florales se llamaba Ikenobo Sengyo. Luego, en el siglo XVI, se crearon reglas precisas y complicadas para los arreglos florales. Este daría paso al estilo Rikka establecido por la escuela de Ikenobo.

El estilo Rikka era usado para ocasiones ceremoniales. Surgió un estilo menos formal y complicado llamado Nageire, preferido por la gente común. Muchas escuelas de Ikebana aparecieron durante el período Edo (1603-1868). En 1820, la escuela de Ikenobo, a partir del estilo Nagerie estableció el estilo Shoka que era de nuevo un estilo ortodoxo.



Arreglo de Ikebana.

Durante el período Meiji (1868-1912), los estilos de la escuela Ikenobo se consideraron muy estáticos y conservadores. Muchos maestros de Ikebana, influenciados por la cultura occidental, trataron de modernizar el arte del arreglo floral. Surgieron estilos modernos de arreglos florales como el Moribana, principalmente durante el período Taisho (1912-1926). Después de la segunda guerra mundial apareció el estilo libre de Ikebana.

La academia "Sanguetsu" fue creada en junio de 1972 de Mokichi Okada (岡田茂吉), como otra escuela de Ikebana. Se caracteriza por un estilo sencillo y estricto.

En 1977, el director de la escuela Ikenobo dividió el estilo Shoka en dos: el Shofutai que es tradicional y el Shimputai que es más libre y expresivo. Igualmente, el estilo de Ikebana más formal y tradicional, el Rikka, fue dividido en dos estilos en 1999.

Actualmente en Occidente, a pesar del creciente interés por el arte y la arquitectura japonesa, el Ikebana, desafortunadamente, es a veces definido simplemente como unas normas para colocar flores en un recipiente y lograr un efecto decorativo, muy de moda con los gustos estéticos actuales, omitiendo las sutilezas, la riqueza y la profundidad de esta antigua disciplina. Sin embargo, no hay porque adoptar todas las respuestas culturales japonesas acerca de la naturaleza para poder disfrutar y practicar ikebana. Todo lo que se necesita es observar atentamente la forma y fases de crecimiento de las flores y otros elementos vegetales y su desarrollo a lo largo de las estaciones. Los medios de autoexpresión de la naturaleza son muy poderosos y ayudan a desarrollar nuestra habilidad para ver nuevas formas, acentuando la singular belleza de cada elemento, trabajar con la esencia del modelo en la naturaleza permite a la composición expresar mucho con muy poco y expresar con belleza la naturaleza cambiante de todas las cosas.

Aspecto espiritual del Ikebana

El aspecto espiritual de Ikebana se considera muy importante para sus practicantes. El silencio es una necesidad durante las prácticas de ikebana. Es un tiempo para apreciar las cosas en la naturaleza que las personas suelen pasar por alto debido a sus ocupadas vidas. Uno llega a ser más paciente y tolerante hacia las diferencias, no sólo en la naturaleza, sino también en general. Ikebana puede inspirar a identificar con la belleza en todas las formas de arte. Este es también el momento en que uno siente la cercanía a la naturaleza que ofrece la relajación de la mente, cuerpo y alma.

Ikebana Internacional

Ikebana Internacional es una asociación cultural, sin ánimo de lucro, dedicada a la divulgación y conocimiento del Ikebana, fundada en 1956 y que hoy en día se encuentra presente en más de 60 países y reúne a un número aproximado de 8.500 personas que se organizan a través de chapters o delegaciones.^[*cita requerida*] La sede de Ikebana Internacional se encuentra en Tokio.

Referencias

- [1] Gérvas J. Flores. Acta Sanitaria. 2010-05-10. (http://www.actasanitaria.com/actasanitaria/frontend/desarrollo_noticia.jsp?idCanal=23&idContenido=19586)

Enlaces externos

-  Wikimedia Commons alberga contenido multimedia sobre **Ikebana** Commons.

Shodō

El **Shodō** (書道 "el camino de la escritura"[?]) es la caligrafía japonesa.

Se considera un arte y una disciplina muy difícil de perfeccionar y se enseña como una materia más a los niños japoneses durante su educación primaria.

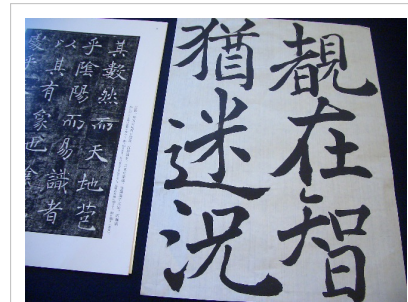
Proviene de la caligrafía China, y se practica a la usanza milenaria, con un pincel, un tintero donde se prepara la tinta china, pisapapeles y un pliego de papel de arroz. Actualmente también es posible usar un fudepen, pincel portátil con depósito de tinta.

El shodō practica la escritura de caracteres japoneses hiragana y katakana, así como caracteres kanji derivados de la escritura china. Actualmente existen calígrafos maestros en este arte que son contratados para la redacción de documentos importantes.

Además de requerir una gran precisión y gracia por parte del calígrafo, cada carácter *kanji* debe ser escrito según un orden de trazo específico, lo que aumenta la disciplina requerida a quienes practican este arte.




Pincel, barra de tinta y tintero con los que se practica el shodō.





Ejemplo de shodō.

Referencias

Enlaces externos

-  Wikimedia Commons alberga contenido multimedia sobre **Shodō**. Commons

Nō

El teatro Nōgaku	
	
Nombre descrito en la <i>Lista Representativa del PCI</i> . ^[1]	
	
Interpretación del nō en el Templo Itsukushima, Hiroshima.	
País	● Japón
Tipo	Cultural inmaterial
N.º identificación	00012 ^[2]
Región	Asia y Pacífico
Año de inscripción	2001 (como Obra Maestra del Patrimonio Oral e Intangible de la Humanidad, y como PCI en el 2008, III sesión)

El **nō** (能[?]) o **noh** es una de las manifestaciones más destacadas del drama musical japonés.

Concepto

Se trata de un drama lírico japonés que tuvo su apogeo en el siglo XVII, época en que datan los primeros textos impresos, atribuidos a Kwanami y a su hijo Zeami (ambos de comienzos del siglo XIV). El Nō procede de las danzas rituales de los templos, de las danzas populares, de los escritos budistas y de la poesía, mitología y leyendas populares japonesas y chinas. En oposición al teatro Kabuki, es un drama aristocrático que sigue teniendo su público en la actualidad y se representa en un cuadrilátero elevado y rodeado por dos lados de público. En uno de sus lados hay un balcón con un coro de diez cantantes y en el fondo un estrado para cuatro músicos. No hay telón de fondo y los decorados se reducen a cuatro postes con un tejado para representar un palacio, un templo o cualquier otro lugar. Hay dos actores principales acompañados en algunas escenas, vestidos con gran riqueza. El primer actor lleva máscara durante la danza que constituye el núcleo de la obra. Entre las cinco piezas que constituyen un programa dramático Nō se intercalan interludios cómicos de carácter entremesil o farsesco (Kyōgen), representados con trajes corrientes, sin máscaras y con un lenguaje vivo y actualizado. La temática de los dramas nō es solemne y trágica, y siempre alude a algún tipo de redención usando el simbolismo aparente de alguna leyenda o hecho histórico; el lenguaje está muy elaborado, es aristocrático y elevado y abunda en arcaísmos. Un programa Nō contiene cinco piezas y cuatro farsas Kyogen y dura de cuatro a cinco horas.

Su desarrollo se remonta al siglo XIV. Junto con la muy emparentada farsa *kyōgen*, evolucionó a partir de diversas artes populares y aristocráticas, incluyendo el *dengaku*, el *shirabyōshi* y el *gagaku*. Kan'ami y su hijo Zeami Motokiyo dieron al nō su forma actual durante el período Muromachi. Posteriormente, este estilo influiría en otras formas dramáticas, como el *kabuki* y el *butō*.

El nō es único por su lentitud, su gracia austera y por el uso distintivo de máscaras, y representa verdaderamente un rasgo específico de la cultura japonesa, que consiste en encontrar la belleza en la sutileza y formalidad.

Historia

Sarugaku y Dengaku

Hasta el siglo XIV, el nō era conocido como *Sarugaku no nō*, o simplemente *sarugaku*. Este último término proviene de *sangaku* que designa toda la gama de artes del espectáculo, incluida la acrobacia, el malabarismo, la prestidigitación y la pantomima, importada de China. Progresivamente la pantomima cómica se convirtió en la principal atracción produciendo el cambio de nombre (*sarugaku* puede ser entendido como *espectáculo de mímica*).

Durante la misma época, las tradiciones y los ritos campesinos habían dado nacimiento al *dengaku*, conjunto de bailes y rituales destinados a asegurar buenas cosechas y apaciguar a los malos espíritus que eran efectuadas principalmente en los períodos de las cosechas de arroz. Practicadas en conjunto con las prácticas adivinatorias del budismo esotérico, estos rituales tenían el apoyo de grandes señores feudales pertenecientes a grandes templos budistas. Este respaldo acercó a los bailarines *dengaku* a enfatizar la dimensión dramática de su arte. El *kagura*, a menudo mencionado como una fuente esencial del nō, es asimismo una forma de *dengaku*.

Kan'ami y Zeami

La popularidad del *dengaku* estaba en su apogeo cuando nació Kiyotsugu Kan'ami (1333 - 1384), que en 1345, fue patrocinado por Yoshimitsu Ashikaga, futuro *shōgun*. El apoyo de este poderoso personaje permitió a Kan'ami desarrollar una síntesis de la pantomima *sarugaku* con los bailes y canciones del *dengaku* dando como resultado un arte elegante y refinado, adaptado a los gustos de un público aristocrático.

La autoría del nō se debe, sin embargo, al hijo de Kan'ami, Motokiyo Zeami (1363-1443), actor en la compañía de su padre, quien también gozó del favor del *shōgun*. Llevando la estilización más lejos de lo que había hecho su padre, impuso el *yūgen*, la *elegancia tranquila*, denotando el espíritu sutil y profundo, y el *hana*, que indica la novedad, como ideales del nō. Zeami fue al mismo tiempo actor, productor, y autor prolífico, escribiendo cada una de las piezas y manuales teóricos que llegarían a ser las fuentes del nō. Es probable que haya revisado y profundizado la mayoría de las piezas escritas por su padre, como también las obras creadas con anterioridad. Debido a la limitación impuesta por estas nuevas reglas, el aspecto cómico del *sarugaku* encontró su expresión en la forma cómica del *kyōgen* cuyas representaciones se vinculan como un contrapunto a las del nō. El ensayo esencial de Zeami es la *Transmisión de la flor y el estilo (Fushi Kaden)*, escrito en 1423, que sigue siendo una obra fundamental para los actores contemporáneos.

Shogunatos y nō

La historia posterior del nō está estrechamente vinculada a sus relaciones con el poder. Así pues, después de la muerte de Kan'ami, tres personas compartieron la dirección del teatro. Él mismo Zeami, su primo On'ami (muerto en 1467) y su hermano adoptivo Zenchiku Konparu (1405 – 1470). Adeptos a un estilo más extravagante que el de Zeami, y sin duda mejores actores, On'ami y Konparu recibieron el favor de los sucesores de Yoshimitsu Ashikaga, los *shōgun* Yoshinori Ashikaga (1394 – 1441) y Yoshimasa Ashikaga (1436 - 1490), mientras que Zeami cayó en desgracia.

La Guerra de Ōnin, que ocasionó el debilitamiento del poder de los *shōgun*, fue un grave golpe para el nō. Con el fin de sobrevivir, los descendientes de On'ami y de Zenkichi Konparu intentaron dirigirse a un público más amplio presentando más acción y a más personajes.

Sin embargo, el renacimiento del nō tuvo lugar bajo los auspicios de Oda Nobunaga (1534 – 1582) y de Toyotomi Hideyoshi (1537 – 1598), este último un gran aficionado al nō, quienes garantizaron la protección de las compañías. Al mismo tiempo, la cultura espléndida de la época Momoyama marcó profundamente al nō, transmitiéndole el gusto por los trajes majestuosos, la forma de las máscaras (empleadas hasta el día de hoy) y la forma del escenario. Es también en esta época que se establece el repertorio del nō.

Esta protección continuó durante el período Edo bajo la autoridad del shogunato Tokugawa, siendo designado ceremonia ritual por el gobierno shogunal. Ya profundamente vinculado a una transmisión familiar, el nō pasó a ser completamente un asunto de familia, donde cada actor debía pertenecer al clan (la adopción de adultos era entonces una práctica corriente, permitiendo de esta forma integrar nuevos actores). Esta evolución debe entenderse en relación con la división de la sociedad en clases cada vez más herméticas que tiene lugar durante esta época.

Elemento esencial del entretenimiento de los *shōgun* y por extensión de los samurái, el nō quedó prácticamente reservado a éstos últimos. Bajo la influencia de este público, las representaciones se hicieron más solemnes y más largas, volviéndose un arte serio que exigía una gran concentración de parte del público.

Hacia el nō contemporáneo

El nō, junto a sus protectores, casi desapareció durante la era Meiji y aunque había perdido el apoyo gubernamental, recibió junto al *kyōgen* el reconocimiento oficial como dos de las tres formas nacionales de drama. El nō volvería en gracia y majestad a partir de 1912, siendo en esta época, cuando se comienza a utilizar el término *nōgaku*, para designar el conjunto formado por el nō y el *kyōgen*, construyéndose además las primeras salas exclusivamente dedicadas a este arte.

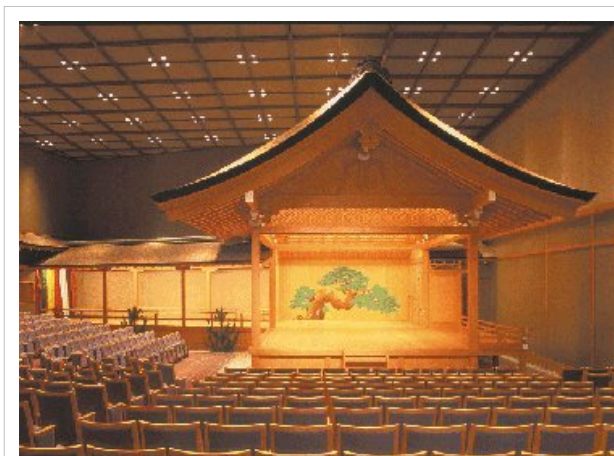
De nuevo amenazado, inmediatamente después de la Segunda Guerra Mundial, el nō consigue sobrevivir y constituye en el siglo XXI una de las artes tradicionales más establecidas y mejor reconocidas. El nō fue la primera forma de arte dramático en inscribirse, en 2001, en la lista representativa del Patrimonio Cultural Inmaterial de la Humanidad de la Unesco como parte del *nōgaku*, conjuntamente al *kyōgen*.

Dramaturgia

Son dramas breves (entre treinta minutos y dos horas): una jornada de nō está formada por cinco partes, de categorías diferentes.

Como fuente importante para el nō (y posteriormente para otras formas dramáticas), se puede mencionar *El Cuento de los Heike*, un cuento medieval sobre el auge y caída del clan Taira, originalmente cantado por monjes ciegos que se acompañaban con la biwa. Otra fuente mayor es *El Cuento de Genji*, un trabajo del siglo XI, denominada alguna vez la primera novela del mundo. Los autores también se inspiran en los períodos clásicos japoneses de Nara y Heian, y en fuentes chinas.

El escenario



Escenario de nō (Teatro Nacional de Nō, Tokio).

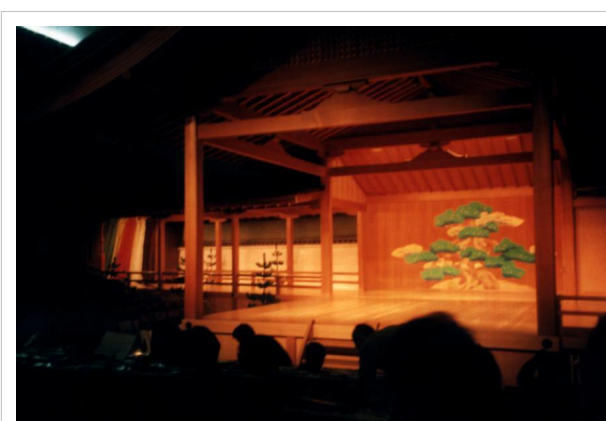
El escenario procede de un esquema chino: un cuadrilátero vacío de aproximadamente 6 por 6 metros, excepto la *kagami-ita* (pintura de un pino en el fondo de la escena), abierto sobre tres lados entre las pilastras de *Hinoki* (ciprés japonés) que señalan los ángulos. Existen variadas explicaciones para la utilización de la pintura del pino en el escenario. Una de las más comunes nos dice que simboliza un medio por el cual las deidades descienden a la tierra en el ritual Shinto. Se dispone de una pequeña puerta para permitir la entrada de los músicos y del coro. El escenario, en altura, siempre se cubre de un techo, incluso en interiores, para reproducir la presentación original que

en los antiguos tiempos tenía lugar al aire libre, y se rodea al nivel del suelo de grava blanca en la cual se ubican pequeños pinos al pie de los pilares. Bajo el escenario se encuentra un sistema de jarras de cerámica que amplía los sonidos en las danzas. Los detalles de este sistema son patrimonio de las familias que fabrican el escenario del nō.

El acceso al escenario para los protagonistas se hace por el *hashigakari*, estrecha pasarela a la izquierda de la escena que representa la unión del mundo de los vivos con el mundo de los muertos, posteriormente evolucionaría en kabuki en el *Camino de las flores* (*hanamichi*). Considerado como parte integral del escenario, este camino está bloqueado, por donde entran los actores, por una cortina de cinco colores. El ritmo y la velocidad de apertura de esta cortina da al público indicaciones sobre el ambiente de la escena. La longitud del *hashigakari* logra unas entradas espectaculares. A lo largo de esta pasarela existen tres pequeños pinos, que además de reforzar una ilusión de lejanía, definen zonas donde el protagonista puede hacer una pausa para decir algunas palabras, antes de su llegada al escenario. Según el lugar determinado donde el protagonista se ha detenido, el público comprende el tipo de papel que interpreta. También, según si el actor va sobre la pasarela más cerca o más distante del público, éste último puede conjeturar el grado de humanidad del papel. Todos estos elementos así como las propiedades de resonancia de la escena obligan a los protagonistas a utilizar un particular paso deslizado, sin choque de los pies sobre el suelo y con las caderas muy bajas (*suriashi*).

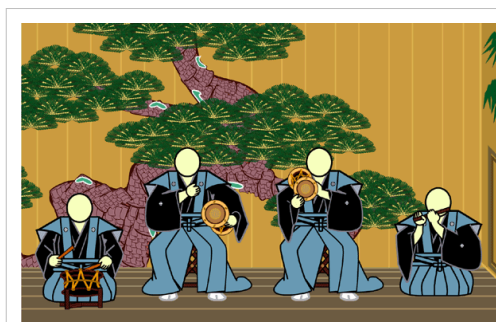
A causa de la amplia apertura del escenario, el público está dispuesto prácticamente sobre tres lados. Por lo tanto, el protagonista debe prestar una atención especial a su colocación. Debido a que las máscaras limitan severamente su campo de visión, el protagonista utiliza los pilares como guías para moverse, ubicándose a la izquierda del escenario.

En contraste con el sencillo escenario, los trajes son majestuosos. Muchos actores, especialmente aquellos en el papel del Shite, usan telas de seda exquisitamente elaboradas y de líneas severamente simples. Los dibujos de los distintos vestuarios, así como el color de éstos son de naturaleza simbólica y se destacan por sus audaces diseños de extravagante belleza y una sensitiva delicadeza de detalle. El uso del color se encuentra predeterminado por la edad y sexo del personaje, mientras la juventud se representa por tonos alegres, rojos y brillantes, la mujer mayor está representada por tonalidades más oscuras y menos llamativas, además el diseño del vestuario permite a los espectadores descubrir las motivaciones o sentimientos que mueven al personaje.



Escenario de nō.

Música y texto



Los músicos en el nō.

Además de los actores, el escenario está ocupado por cuatro músicos dispuestos en la parte posterior del escenario en un espacio entarimado de 120 cm de profundidad que deben en todo momento realizar movimientos que se encuentren en armonía con la *kagami-ita*, y un coro de ocho a doce personas que se sitúan al lado derecho en una extensión de aproximadamente 1 metro. La música se produce por medio de tres tipos de tambores de tamaño creciente, que llevan el compás; un tambor al hombro (*ko-tsuzumi*), cuyo parche requiere humedad para emitir un tono embozado; un tambor de rodilla (*ō-tsuzumi*), cuyo parche se seca

para emitir un tono alto y estruendoso; y un tambor aplanado (*taiko*), que marca el ritmo con dos baquetas de ciprés. A esto se suma una flauta de bambú, único instrumento que lleva la melodía, con siete agujeros (*fue*), construida para hacer sonidos extraños y precarios. Los dos primeros tambores tienen el cuerpo de cerezo, mientras que el tercero es de olmo y sus parches son hechos de cuero de caballo ajustados por cuerdas de lino. La música tiene por función crear el ambiente, a menudo una atmósfera extraña, en particular cuando intervienen elementos sobrenaturales, pero no debe interferir de manera alguna ni sobreponerse a la actuación del bailarín. Debido a que las antiguas máscaras nō se sostenían por la boca y los actores no podían pronunciar texto, era el coro el que antiguamente hablaba en su lugar. Actualmente, el coro se encarga de proporcionar los elementos de narración y de decir las réplicas al actor cuando éste realiza una danza o de ampliar la intensidad dramática de un monólogo. El predominio de las percusiones en la música destaca la importancia fundamental del ritmo en la representación del nō.

El nō, como drama cantado, es considerado por muchos como la ópera japonesa. Sin embargo, el canto en el nō involucra un rango tonal limitado, con largos y repetitivos pasajes en un rango dinámico pequeño. Ciertamente, la melodía no es el centro de la canción del nō. Aunque, los textos son poéticos, utilizan considerablemente el ritmo familiar siete-cinco japonés, que se conoce en el temprano waka y en el posterior haiku, con una economía de expresión y una abundancia de alusiones.

A causa del establecimiento del repertorio a finales del siglo XVI, el texto está en japonés antiguo, incomprensible para los japoneses contemporáneos, por lo que la mayoría de las salas proponen traducciones del texto.

Actores

Existen cuatro categorías mayores de actores en el nō y ocho categorías principales de papeles:

- **Shitekata**: corresponde al tipo de actor de obras más representado. Estos actores interpretan distintos papeles, *Shite* (actor principal), *Tsure* (acompañante del *shite*), *Jiutai* (coro, usualmente 6-8 actores) y *Koken* (ayudantes de escena, usualmente 2-3 actores).
- **Wakikata**, personifica los papeles de *waki*, personaje secundario que son la contraparte del *Shite*.
- **Kyogenkata**, estilo de obra reservado a los actores que desempeñan los papeles populares en el repertorio del nō y toda la distribución de las piezas *kyōgen* (representadas como intermedio entre dos obras nō).
- **Hayashikata**, son los instrumentistas que tocan los cuatro instrumentos utilizados en el nō.

Los actores que interpretaran papeles de *shite* y *waki* son instruidos separadamente, bajo la dirección de profesores diferentes. Es imposible pasar de una categoría a otra, lo que aumenta el contraste, en la obra, entre los dos tipos de protagonistas.

El *Shite*

El *shite* es el actor que interpreta al personaje principal de la obra y quien ejecuta las danzas. Debe poder interpretar una extensa gama de personajes, yendo de niño a dios, pasando por anciano o mujer. Todos los actores son hombres y la naturaleza de un personaje es señalada por su traje, muy elaborado, y sobre todo por su máscara, más pequeña que el tamaño real. Sólo los actores *shite* se ponen máscaras, siendo capaces de concentrar la esencia del personaje que interpretan y de esta forma alcanzar una mayor profundidad emocional. Cuando el personaje es un hombre de edad madura, el *shite* actúa sin máscara. Debe entonces guardar una cara severamente inexpresiva, al igual que los otros personajes presentes sobre escena, y actuar *como si llevara una máscara* (*hitamen*).

El actor implicado como *shite* puede también verse obligado a actuar como personaje secundario cuando éstos son mujeres, niños, animales o seres sobrenaturales.

El *Waki*

El papel esencial del *waki* es interrogar al *shite* para darle una razón para efectuar su danza y de vincular a las criaturas de otro mundo representadas por el *shite* con el mundo real. Actuando sin máscara, el *waki* es un humano varón que vive en el presente en el momento de la pieza. Puede tratarse de un aristócrata, cortesano, enviado, sacerdote, monje, samurái o de un hombre del pueblo. Su función social es indicada por su traje.

Piezas

Una típica representación de nō involucra todas las categorías de actores. Existen aproximadamente 250 obras que son desarrolladas en el repertorio actual las cuales pueden ser distribuidas en dos grupos según su realismo, o en seis categorías organizadas en líneas generales por tema. Esto último influirá sobre el momento en que una obra se representa durante una jornada tradicional de nō, que esta compuesta por una obra de cada una de las categorías.

Genzai nō y *mugen nō*

El *genzai nō* designa las partes realistas. El personaje principal es entonces un ser humano vivo, y la historia se desarrolla en tiempo real. La obra se centra en torno a los sentimientos del personaje, siempre en una situación dramática. El diálogo hablado constituye el medio esencial de la exposición.

El *mugen nō*, por otro lado, es un ruego a criaturas imaginarias, divinidades, fantasmas o demonios. Estas criaturas siempre son actuadas por el *shite*. Las obras se dividen entonces en dos actos. En el primero, la criatura se le aparece al *waki*, que ha venido a visitar un lugar consagrado o famoso, bajo el aspecto de un ser humano. Durante el segundo, se revela y realiza una danza. Este segundo acto se supone que se desarrolla en un sueño o en una visión del *waki*, de ahí el nombre de *mugen*, que designa este tipo de experiencia.

El tema de los *mugen nō* hace generalmente referencia a una leyenda o a un obra literaria. Escrito en una lengua anticuada y poética, el texto se canta según entonaciones obedeciendo a normas estrictas de kata (formas impuestas por la tradición). Del mismo modo, los protagonistas adoptan para este tipo de obras un paso deslizado característico, y se codifican mucho los propios movimientos de las danzas. Esta estilización extrema reparte a cada movimiento y entonación un significado convencional propio.

La puesta a punto de las características esenciales del *mugen nō* se asigna a Zeami. Más que intentar reconstruir la belleza sobre la escena, su objetivo es suscitar en la audiencia un estado de ánimo consustancial a la contemplación de la belleza, su referencia es el sentimiento experimentado ante la belleza de una flor.

Los seis tipos de obras

Como se mencionó, las obras de nō generalmente se clasifican por tema, que regulan su orden de representación. Este orden constituye una herencia del tiempo del shogunato Tokugawa:

- *Okina/Kamiuta*
 - 1ª Categoría: Obras de Divinidades
 - 2ª Categoría: Obras de Guerreros
 - 3ª Categoría: Obras de Mujeres
 - 4ª Categoría: Obras Misceláneas
 - 5ª Categoría: Obras de Demonios
-

Okinal/Kamiuta

Se trata de una obra única que combina danza y ritual shinto. En todo rigor, no se trata de nō, pero es una ceremonia religiosa que utiliza el mismo repertorio de técnicas que el nō y el kyōgen. Representa la bendición concedida por una divinidad a la asistencia. La máscara es entonces un objeto religioso en pleno derecho.

Estas obras también se conocen bajo el nombre de *Sanban*, "los tres rituales", en referencia a las tres partes esenciales *Chichi-no-jo*, *Okina*, y *Kyōgen Sanba-Sarugaku*. El papel principal lo ejecuta un actor de nō y el papel secundario es realizado por un actor de *kyōgen*.

Estas obras no forman parte de las jornadas de nō y se realizan con motivo del año nuevo o como representaciones especiales, presentándose siempre al principio del programa.

Nō de divinidades

Llamadas también *waki nō*, tienen un divinidad como personaje principal. Típicamente, el primer acto es el encuentro de un sacerdote con otro personaje en un lugar famoso o en marcha hacia tal lugar. Al final del acto, el otro personaje se revela una divinidad. Ésta, o un divinidad vinculada, vuelve de nuevo durante el segundo acto para realizar una danza y bendecir la asistencia, un templo o las cosechas. Ejemplos de obras: *El Viejo Pino*, *Los Dos Pinos*, *Po Chu-i*, *El Arco del templo de Hachiman*, *La Diosa de los cerezos*, *La Reina-madre del Oeste*, *Kamo*, *Los Dioses del templo de Shirahige*, *La Isla de los bambúes de la diosa Benten*, etc.

Nō de guerreros

En japonés *shura-nō*, estas obras se centran en torno al espíritu de guerreros muertos caídos en el infierno después de su muerte. Vuelven entonces para contar la vida durante el *ashura* (infierno de la guerra), o su última batalla. Ejemplos de obras: *El General Tamura-maru*, *Yoshitsune en Yashima*, *El Carcaj de Kagetsue*, *El Belicoso Michimori*, *El Ahogamiento de Kyotsune*, *El Viejo Sanemori*, *Minamoto no Yorimasa*, *La Dama Tomoe*.

Nō de mujeres

Llamadas «nō de mujeres» o «nō con peluca» (*kazura-nō*), estas obras se desarrollan en torno al espíritu de mujeres hermosas, de jóvenes nobles, o incluso de plantas o diosas. El momento esencial de estas obras es una danza graciosa.

Nō misceláneas

Esta categoría agrupa las obras nō que no pertenecen a los otros grupos. Representan en general a un personaje femenino que cae en la locura, por celos o a raíz de la muerte de un ser querido.

Nō de demonios

También llamadas «nō del final» (*kiri nō*), estas obras incluyen a un personaje sobrenatural, un demonio, rey-dragón u otro espíritu de este tipo, aunque el personaje central de algunas sea un joven simplemente noble. Estas partes tienen un ritmo más rápido, apoyado por la utilización del tambor aplanado (*taiko*). Una rítmica danza constituye su punto culminante, que es también el fin de la jornada de nō.

El nō en el siglo XXI

Existen alrededor de 1500 actores profesionales de nō en Japón, y esta forma de arte está empezando a crecer nuevamente. Contrariamente al *kabuki*, que siempre ha sido muy popular, el nō poco a poco se volvió una representación sólo para una determinada elite intelectual. Las cinco escuelas existentes de actuación nō son: Kanze (観世), Hosho (宝生), fundada en el siglo XIV, Komparu (金春), Kita (喜多), y Kongo (金剛). Cada escuela tiene una familia principal conocido como *Sō-ke*, y la cabeza de cada familia tiene el derecho de crear las nuevas obras o revisar las piezas existentes. La sociedad de actores de nō es totalmente feudalista, y estrictamente protege

las tradiciones heredadas de sus antepasados.

Obras nō famosas

(Categorizada según la escuela Kanze)

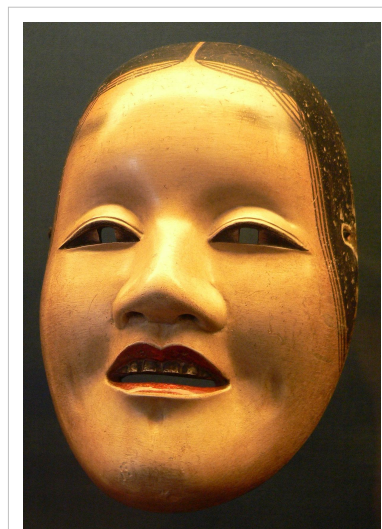
- *Aoi no uye*--"La Dama de la Corte Aoi" (Categoría 4)
- *Dojoji*--"Dojoji" (Categoría 4)
- *Hagoromo* --"El Manto de Pluma" (Categoría 3)
- *Izutsu* -- (Categoría 3)
- *Matsukaze* -- (Categoría 3)
- *Sekidera Komachi* -- *Komachi a Sekidera* (Categoría 3)
- *Shakkyo* --"El Puente de la Piedra" (Categoría 5)
- *Shojo* --"El Elfo de Tippling" (Categoría 3)
- *Yorimasa* --"Yorimasa" (Categoría 2)
- *Yuya* --"Yuya" (Categoría 3)

Máscaras en las obras nō

Todas las máscaras utilizadas en las representaciones de nō (能面 *nō-men* o 面 *omote*, característica) tienen nombre.

Usualmente sólo el Shite, el actor principal, lleva máscara. Sin embargo, en algunos casos los Tsure pueden también llevarlas, en particular para roles femeninos. Las máscaras nō son usadas para representar a un personaje femenino o no humano (divino, demoniaco o animal), existiendo también máscaras para representar jóvenes o ancianos. Por otra parte, los actores de nō que no llevan máscara representan el rol de adultos alrededor de los veinte, treinta o cuarenta años de edad. El *waki*, tampoco lleva máscara.

Cuando son usadas por un actor experimentado, las máscaras nō poseen la habilidad de representar distintas emociones de acuerdo a la postura de la cabeza y a la iluminación. Una máscara inanimada puede tener apariencia de felicidad, tristeza o una variedad de sutiles expresiones. Estudios realizados por Michael J. Lyons ^[1] del ATR Intelligent Robotics and Communication Labs ^[3] en Kioto, Japón, y Ruth Campbell ^[4], del University College London, han explorado este notable aspecto de las máscaras [5].



Máscara nō de mujer.

Influencia en el teatro occidental

La apertura de Japón, al final del siglo XIX, suscita el interés de varios artistas occidentales. En 1921, el poeta Paul Claudel, a la sazón embajador de Francia en Japón, quedó impresionado por la estructura dramática del nō y su musicalidad. Esta idea queda expuesta en algunos de sus textos críticos como *El Nō* y *El Drama y la música*. La influencia que el teatro nō pudo tener sobre la dramaturgia misma de Claudel es sobre todo formal. Al mismo tiempo en Irlanda, Yeats, Premio Nobel de literatura en 1923, se inicia en el nō y se impregna de todo su arte. Stanislavski o Meyerhold examinan también la

dramaturgia japonesa, y hacen algunas experiencias de puesta en escena, pero inspirándose más bien en el *kabuki* por su aspecto más coloreado y exóticamente espectacular. Bertolt Brecht, después de haberse apasionado por el teatro chino, adapta en 1930 una obra nō : *Taniko*, bajo el título *Der Ja-sager* (aquel que dice sí).



Un "Ko-jo" (viejo) la máscara, en la colección del Museo de los Niños de Indianápolis

Más recientemente, los nō modernos de Yukio Mishima, gracias a la traducción francesa de Marguerite Yourcenar, dieron a conocer a la opinión pública algunos elementos esenciales del nō, como los "fantasmas vivos" o las metamorfosis animales.

Actualmente en Suiza, el director de teatro Armen Godel, apasionado del nō y traductor del japonés, monta en particular obras de Racine, Corneille o bien del mismo Mishima, impregnándolos del *yūgen* (palabra típica del 'nō' que René Sieffert traduce como *encanto sutil*). En Francia, desde 1980, la puesta en escena por el director de teatro Junji Fuseya inicia a artistas occidentales a la técnica adaptada de su propia formación tradicional de *nō* y *kyōgen*. Es necesario tener en cuenta aún la inspiración que ciertamente Peter Brook encontró en Yoshi Oida, con el cual trabajó de numerosos años.

Referencias

- Portal:Japón. Contenido relacionado con **Japón**.

En castellano

- Zeami (1999). *Fūshikaden. Tratado sobre la práctica del teatro Nō y cuatro dramas Nō*. edición y Traducción de Javier Rubiera y Hidehito Higashitani. Madrid: Editorial Trotta. ISBN 9788481642582.

En japonés

- Noboru Yasuda, *Nō ni manabu shintai gihō* (能に学ぶ身体技法). ISBN 4-583-03865-8
- Shoten Iwanami y Shinpei Matsuoka, *Utage no shintai basara kara Zeami e* (宴の身体バサラから世阿弥へ). ISBN 4-00-600129-0 C0191

En francés

- Armen Godel, *Le Maître de Nō*, Albin Michel, colección Esprit Libre, 2004, 208 p. ISBN 2-22615-184-2
- Zeami, *La tradition secrète du Nō*, ed. Gallimard, 1985. ISBN 2-07070-531-5
- Yukio Mishima (三島由紀夫), *Cinq Nō modernes*, trad. Marguerite Yourcenar y Jun Shiragi, ed. Gallimard, 1956. ISBN 2-07070-019-4

Enlaces externos

-  Wikimedia Commons alberga contenido multimedia sobre **Nō**Commons.

En español

- Teatro Nō - Artes escénicas del Japón ^[6]
- Shin Sarugaku ^[7]
- Ennen Nō ^[8]
- Sarugaku Nō ^[9]
- Dengaku Nō ^[10]
- Shugen Nō ^[11]
- Teatro Nō, presentado por la Embajada de Japón en Chile ^[12]
- Noh, teatro musical japonés ^[13]
- Teatro Noh ^[14]
- "Japón: Nō es clásico" ^[15], artículo sobre las compañías de Japón que continúan en la actualidad las tradiciones escénicas del kabuki, bunraku, nô y kyôgen.

En inglés

- Traducción de treinta obras nō ^[16]
- Kyôgen: Teatro Clásico Cómico Japonés ^[17]
- Teatro Nacional de Nō (Kokuritsu Nōgakudo), Sendagaya, Shibuya-ku, Tokio ^[18]
- Teatro Nacional (Kokuritsu Gekijo) próximo a Kudanshita ^[19]
- Estudios de las expresiones cambiantes en las máscaras nō ^[5]
- Realidad virtual e Irrealidad Virtual: Obras nō y símbolos ^[20]

Referencias

- [1] <http://www.unesco.org/culture/ich/index.php?pg=00011>
- [2] <http://www.unesco.org/culture/ich/index.php?lg=es&pg=00011&RL=00012>
- [3] <http://www.irc.atr.jp/>
- [4] <http://www.ucl.ac.uk/HCS/research/people/?userid=sslyruc>
- [5] http://www.irc.atr.jp/~mlyons/Noh/noh_mask.html
- [6] <http://www.japonartescenic.org/teatro/generos/noh.html>
- [7] <http://www.japonartescenic.org/teatro/generos/shinsarugaku.html>
- [8] <http://www.japonartescenic.org/teatro/generos/ennennoh.html>
- [9] <http://www.japonartescenic.org/teatro/generos/sarugakunoh.html>
- [10] <http://www.japonartescenic.org/teatro/generos/dengakunoh.html>
- [11] <http://www.japonartescenic.org/teatro/generos/shugennoh.html>
- [12] <http://www.cl.emb-japan.go.jp/noh.html>
- [13] <http://usuarios.lycos.es/japonesparatodos/Noh.htm>
- [14] http://www.mvdteatro.com/magazine_secciones/estilos_teatrales/teatro_noh.htm
- [15] http://www.pabloiglesiassimon.com/web_esp/clasicosjaponespa.html
- [16] <http://etext.lib.virginia.edu/japanese/noh/index.html>
- [17] <http://www.hirohurl.net/kyogen.html>
- [18] http://www.theatreohgaku.org/calendar/cal_archive.html
- [19] <http://ntj.jac.go.jp/gekijo/kokuritsu/index.html>
- [20] <http://www.theandros.com/nohplays.html>

Posición de loto

La **posición de loto** (del sánscrito पद्मासन: *padmāsana*) es una postura sentada con las piernas cruzadas: cada pie ubicado encima del muslo opuesto. En el hinduismo y el budismo está relacionada con la práctica de la meditación.

Según sus practicantes, esta posición mejora la respiración y la estabilidad física.^[*cita requerida*]

Algunas de las imágenes más conocidas donde se representa la postura del loto suelen ser las de Shivá (dios ascético hindú), y las de Buda Gautama (fundador del budismo).



Fotografía de un yogui, llamado Lahiri Mahāśaya, realizando la «postura del loto».

Registro histórico

En los años 1920 se encontró un altorrelieve de un ser antropomorfo sentado con las piernas cruzadas, aunque no se alcanza a ver si están entrecruzadas al estilo *padmāsana*. La cerámica provenía de la cultura del valle del Indo (entre el 2600 a. C. y el 1800 a. C.). Su descubridor —el arqueólogo británico sir John Marshall— supuso, con un poco de imaginación, que se trataba del dios hindú Shiva en su aspecto Pashupati, ‘señor de las bestias’.^[1] Si la intuición fuese cierta, esta sería la primera representación pictórica del *padmāsana*.

Notas

[1] Wendy DONIGER, *Merriam-Webster's Encyclopedia of World Religions* (pág. 504). Merriam-Webster, 1999. ISBN 0-87779-044-2

Referencias

- TEMPLE, Anton (autor), Franca GALLO (editora) y Pip FAULKS (dibujante): *Becoming the Lotus: How to Achieve the Full Lotus Posture*. Paperback, 64 páginas. Merkur Publishing, 2006. ISBN 1-885928-18-1.
- SÁRASWATI, Swami Janakananda: *Yoga, Tantra and Meditation in Daily Life*. Paperback (128 pág.), Red Wheel / Weiser, 1992. ISBN 0-87728-768-6, ISBN 978-0-87728-768-1.

Enlaces externos

- Flashmavi.com (http://www.flashmavi.com/yoga_padmasana_learn_the_lotus_pose.shtml) (vídeo de cómo sentarse en posición de loto).
- Aprender a sentarse en posición de loto (<http://posturasdeyogaejercicios.blogspot.com/2010/11/como-sentarse-meditar-posicion-de-loto.html>) Secuencia de imágenes y explicación paso a paso de cómo sentarse en postura del loto.



Fotografía del libro *Mohenjo Daro and the Indus Civilization* (del arqueólogo británico sir John Marshall; Londres, 1931) que muestra un sello de arcilla (al menos del siglo XVI a. C.) de la cultura del valle del Indo, donde aparece un ser antropomorfo con cuernos, sentado en lo que podría ser la posición de loto.

Dōgen

Eihei Dōgen (永平道元) también **Dōgen Zenji** (道元禅師) o **Dōgen Kigen** (道元希玄) o **Koso Jōyō Daishi** (literalmente *Gran Maestro*) (19 de enero de 1200 – 22 septiembre de 1253) fue un maestro budista japonés fundador de la escuela Sōtō del Zen en este país. Nacido en Kioto en el seno de una familia noble, quedó huérfano de padre y madre a muy temprana edad, siendo adoptado por uno de sus tíos. A los 13 años, entró como novicio en el Monte Hiei, centro de la escuela Tendaishū. En la primavera de 1223 partió hacia China, regresando a Japón en 1227 tras haber sido reconocido por el maestro Rujing como maestro de la escuela Cáodòng (曹洞宗, pronunciado Sōtō-shū en Japonés).

Tras su regreso, desarrolló su actividad religiosa en templos cercanos a Kioto, reuniendo a su alrededor una comunidad de seguidores de la nueva escuela del Budismo Zen. En 1243, se trasladó con ellos a Echizen, en la actual prefectura de Fukui. En esta región, fundó el templo Eihei-ji (永平寺), que se mantiene hasta la actualidad como uno de los dos templos principales de la escuela Sōtō.

El Zen de Dōgen

En el corazón de la variedad de Zen que enseñó Dōgen hay una serie de conceptos clave, los cuales son recalcados de forma repetida en sus escritos. Todos estos conceptos, sin embargo, están íntimamente interrelacionados unos con otros en el grado en el que todos están directamente conectados con zazen, o la meditación sentada, la cual consideraba Dōgen que es idéntica al Zen, como se expresa claramente en la primera frase del manual de enseñanza de 1243 "Zazen-gi" (坐禅儀, "Principios de Zazen"): "Estudiar el Zen... es zazen".^[1] Cuando hace referencia a zazen, Dōgen a menudo se refiere específicamente a *shikantaza*, traducible libremente como "nada más que sentarse" o "sólo sentarse", que es un tipo de meditación sentada en la cual el meditador se sienta "en un intenso estado de atención concentrada que está libre de pensamientos, no dirigida sobre objeto alguno, y unida a ningún contenido en particular".^[2]

Legado

Su obra maestra, Shōbōgenzō (正法眼蔵), es una de las cumbres de la literatura Zen. Escrita a lo largo de más de veinte años, se compone en sus ediciones canónicas de 92 libros o fascículos. Dōgen trató en ellos una gran variedad de temas, desde indicaciones prácticas para la organización de la vida monacal o la correcta práctica del zazen, a recuerdos de su viaje a China o reflexiones filosóficas, entre las cuales destaca su concepción del tiempo.

Referencias

[1] " Principles of Zazen ([http://www.stanford.edu/group/scbs/sztp3/translations/shobogenzo/translations/zazengi/pdf/Zazengi translation.pdf](http://www.stanford.edu/group/scbs/sztp3/translations/shobogenzo/translations/zazengi/pdf/Zazengi%20translation.pdf))"; tr. Bielefeldt, Carl.

[2] Kohn 196–197



Eihei Dōgen.





Portada de una edición de 1811 del Shōbōgenzō de Dōgen.

Bibliografía

- Kohn, Michael H.; tr. *The Shambhala Dictionary of Buddhism and Zen*. Boston: Shambhala Publications, Inc., 1991. ISBN 0-87773-520-4

Enlaces externos

-  Wikimedia Commons alberga contenido multimedia sobre **Dōgen**. Commons
-  Portal:Budismo. Contenido relacionado con **Budismo**.

Daisetsu Teitaro Suzuki

Teitaro Suzuki (鈴木大拙[?]) nació en Honda-machi, Kanazawa, en la prefectura de Ishikawa, el 18 de octubre de 1870, filósofo japonés; estuvo trabajando en la difusión del Zen en Occidente hasta su muerte, acaecida el 22 de julio de 1966.

Ha sido uno de los pilares que prepararon el terreno para que otros maestros del Ch'an y el Zen pudieran darse a conocer posteriormente. Con sus numerosos libros y ensayos sobre Budismo, Zen y Shin, fomentó el interés de Occidente por la espiritualidad Zen y Shin. Fue además un gran traductor de literatura china, japonesa y sánscrita.

Aunque su lugar de nacimiento hace ya tiempo que dejó de existir, un monumento marca su localización. Su nombre budista "Daisetsu", cuyo significado es "Gran Simplicidad", le fue dado por su maestro Zen Soyen Shaku.

Infancia

Cuarto hijo del médico Ryojun Suzuki. La clase samurái en la familia Suzuki decayó con la caída del feudalismo, lo que obligó a su madre, una budista Shin, a criarle en un entorno de pobreza tras la muerte de su padre. Cuando tuvo suficiente edad para tomar conciencia de la situación en la que había nacido, comenzó a buscar respuestas en las diferentes formas de religión. Su intelecto filosófico, por naturaleza agudo, encontró dificultad para aceptar algunas de las cosmologías a las que fue expuesto.

Su hermano, abogado, financió su vida y educación en Tokio, en la Universidad Waseda. En 1890 ingresó en la Universidad de Tokio, pero intensamente atraído por el budismo Zen, estudió en Kamakura con Imagita Kosen Roshi, abad del monasterio Engaku-ji, y tras su muerte con Soyen Shaku. Soyen fue un monje Zen excepcional. En su juventud, su maestro Kosen y otros le habían reconocido como muy avanzado. Tres años después de recibir la "Transmisión del Dharma" de Kosen, a la edad de 25 años, Soyen tomó la determinación de viajar a Ceilán (actualmente, Sri Lanka) para estudiar Pali y Budismo Theravāda, viviendo la vida retirada del bhikṣu durante tres años.

Bajo la tutela de Soyen Shaku, los estudios de Suzuki fueron esencialmente internos y no-verbales, incluyendo largos períodos de zazen (meditación sentado). Una labor comprometida que Suzuki describió como cuatro años de esfuerzo mental, físico, moral e intelectual.

Durante sus períodos de entrenamiento en Engaku-ji, Suzuki vivió la vida de cualquier monje. El describe esta vida y su propia experiencia en Kamakura en su libro "El entrenamiento de un monje budista Zen". Fue invitado por Shaku Soen a visitar los Estados Unidos en la década de 1890.

En 1906 tradujo uno de sus libros al inglés, lo que significó el punto de partida en su carrera como escritor de libros en inglés.

Carrera profesional

En su juventud, Suzuki adquirió buenos conocimientos de diversas lenguas (chino, sánscrito, pali), incluyendo varios idiomas europeos. Shaku Soen fue uno de los conferenciantes invitados al Parlamento Mundial de religiones en Chicago, en 1893. Cuando un erudito alemán (que residía en La Salle, Illinois), el Dr. Paul Carus, se dirigió a Shaku Soen para solicitarle ayuda en la traducción y preparación de literatura espiritual oriental para su publicación en Occidente, le recomendó a su discípulo Suzuki para dicha labor. Suzuki vivió en casa del Dr. Carus, trabajando con él en un principio en la traducción del clásico chino Tao Te King. En Illinois, Suzuki comenzó los primeros esbozos de su trabajo sobre el Budismo Mahāyāna. El mismo Carus había escrito un libro ofreciendo una visión del Budismo, titulado "El Evangelio de Buda". Shaku Soen escribió una introducción para él, y Suzuki tradujo el libro al japonés. En esta época, a finales de siglo, un buen número de occidentales y asiáticos (Carus, Soen y Suzuki incluidos) se involucraron en el reavivamiento mundial del budismo, que había comenzado levemente en la década de 1880.

Desde 1897 a 1909 residió en La Salle, Illinois, Estados Unidos, como traductor y editor de obras filosóficas y religiosas para *The Open Court Publishing Co.*, colaborando con el Dr. Paul Carus. También fue intérprete de Soen Shaku durante su gira estadounidense (1905/6) y en 1909 continuó sus estudios de Zen en Kamakura con el citado maestro, alcanzando el satori (la iluminación) bajo su guía.

Matrimonio

Mientras vivía en los Estados Unidos, Suzuki viajó por Europa antes de convertirse en profesor en Japón. Posteriormente fue profesor de la Peer's School de Tokio (1909/21) y en este período contrajo matrimonio (1911) con una estadounidense, Beatriz Erskine Lane, una teósofa. Posteriormente, Suzuki se unió a la Sociedad Teosófica convirtiéndose en un activo teósofo. Dedicados a la propagación del Budismo Mahayana, vivieron en una cabaña en los terrenos del Engaku-ji hasta 1919, en que se mudaron a Kioto, donde Suzuki comenzó su carrera como profesor en la Universidad de Otani, en 1921. Mientras estaba en Kioto, visitó al Dr. Hoseki Shinichi Hisamatsu, un famoso erudito Budista Zen, y discutieron sobre el Zen en el Templo Shunkoin en el complejo del Templo Myoshinji.

En el mismo año en que ingresó en la Universidad Otani, él y su esposa, Beatrice, fundaron la "*Eastern Buddhist Society*" (Sociedad Budista Oriental), y el periódico *The Eastern Buddhist* (1921), para el cual escribió muchos artículos que fueron la base de sus futuros libros de los cuales ya había publicado dos en 1900 y 1907; la sociedad estaba enfocada al Budismo Mahayana y ofrecía lecturas y seminarios, publicando un periódico, el "*Eastern Buddhist*". Enseñó después en las universidades Otani de Kioto (1921/41) y en la de Universidad Columbia de Nueva York (1951/57). Realizó muchos viajes disertando sobre Zen en las universidades de Oxford, Cambridge, Yale, Harvard, Cornell, Princeton y otras. Suzuki mantuvo contactos con Occidente, jugando un papel en el Congreso Mundial de las Diversas Fes en 1936, en la Universidad de Londres (durante este año, él era un profesor de intercambio).

En 1949 fue designado miembro de la Academia Japonesa y condecorado por el Emperador con la medalla cultural, y anteriormente había recibido el grado de doctor honoris causa en la Universidad de Otani. En 1960 visitó la India como huésped de honor del Estado.

Al tiempo que enseñaba sobre la práctica y la historia del Budismo Zen (o Ch'an), Suzuki fue un experto erudito sobre la filosofía Keron.

Siendo aún profesor de filosofía budista en las primeras décadas del siglo XX, Suzuki escribió algunas de las introducciones más celebradas sobre Budismo, y particularmente de la escuela china Ch'an (aunque él siempre utilizó el término "Zen" para esta línea de Budismo, ya que es la pronunciación japonesa de su nombre).

Suzuki estaba especialmente interesado en los siglos formativos de esta tradición budista, en China. Muchos de los escritos de Suzuki en inglés rondan sobre los textos Ch'an de Biyan Lu (Registros del Precipicio Azul) y el Wumenkuan (Paso sin Entrada), que registra los estilos de enseñanza y las palabras de los maestros clásicos chinos. También estaba interesado en cómo esta tradición, una vez importada a Japón, influyó en el carácter y la historia de

este país, y escribió en inglés sobre la cultura japonesa y el Zen. La reputación de Suzuki estaba respaldada por la que ya tenía en los Estados Unidos.

Aparte de estos trabajos, Suzuki escribió una traducción del *Lankavatara Sutra* y unos comentarios sobre su terminología sánscrita. Posteriormente sería un profesor visitante en la Universidad de Columbia. Influyó en los trabajos de Saburo Hasegawa, Judith Tyberg, Alan Watts y otros que trabajaban en la Academia de California de Estudios Asiáticos (ahora conocido como Instituto de California de Estudios Integrales), en San Francisco en la década de 1950.

Suzuki es vinculado a menudo a la Escuela de Kioto de filosofía, pero no está considerado como uno de sus miembros oficiales. Suzuki se interesó en otras tradiciones además del Zen. Su libro "Zen y Budismo Japonés" ahonda en la historia e influencia de la mayoría de las Líneas de Budismo Japonés. En sus últimos años, comenzó a explorar en la fe Shin de su educación materna, y escribió un pequeño volumen sobre Budismo Shin: "El Buda de la Luz Infinita". D.T. Suzuki también produjo una traducción incompleta en inglés del *Kyo gyo shin sho* ("La Verdadera Enseñanza, Práctica, Fe y Logro"), el trabajo principal de Shinran, el fundador de la escuela de Jodo Shinshu. Sin embargo, Suzuki no procuró popularizar la doctrina Shin en Occidente, puesto que creía que el Zen se ajustaba mejor a las preferencias occidentales por el Misticismo Oriental. También se interesó en el Misticismo Cristiano y en algunos de los místicos más significativos de Occidente, especialmente en Meister Eckhart, a quien él comparaba con el Budismo Jodo Shinshu.

El Dr. Suzuki fue un erudito de reputación internacional y sus libros y conferencias enseñaron a Occidente la naturaleza y la finalidad del Zen. Maestro espiritual y filósofo, autor prolífico y profundo, y primera autoridad mundial en budismo Zen, su obra señaló una única y efectiva labor de acercamiento espiritual entre Oriente y Occidente.

Obra

Estos ensayos fueron enormemente influyentes cuando salieron, haciendo que el Zen fuera conocido en Occidente por primera vez:

- *Essays in Zen Buddhism: First Series* (1927), New York: Grove Press.
- *Essays in Zen Buddhism: Second Series* (1933), New York: Samuel Weiser, Inc. 1953-1971. Editado por Christmas Humphreys.
- *Essays in Zen Buddhism: Third Series* (1934), York Beach, Maine: Samuel Weiser, Inc. 1953. Editado por Christmas Humphreys.
- El Dr. Suzuki también completó la traducción del *Lankavatara sutra* desde el original en sánscrito. Boulder, CO: Prajña Press, 1978, ISBN 0-87773-702-9, publicado por primera vez en Routledge Kegan Paul, 1932.

Poco después le siguieron:

- *An Introduction to Zen Buddhism*, Kyoto: Eastern Buddhist Soc. 1934. Reeditado con prólogo de C.G. Jung, London: Rider & Company, 1948.
- *The Training of the Zen Buddhist Monk*, Kyoto: Eastern Buddhist Soc. 1934. New York: University Books, 1959.
- *Manual of Zen Buddhism* ^[1], Kyoto: Eastern Buddhist Soc. 1934. London: Rider & Company, 1950, 1956. Una colección de sutras budistas, textos clásicos de los maestros, iconos e imágenes, incluyendo "Ten Ox-Herding Pictures".

Después de la Segunda Guerra Mundial, una nueva interpretación:

- *The Zen Doctrine of No-Mind*, London: Rider & Company, 1949. York Beach, Maine: Red Wheel/Weiser 1972, ISBN 0-87728-182-3.
- *Living by Zen*. London: Rider & Company, 1949.
- *Mysticism: Christian and Buddhist: The Eastern and Western Way*, Macmillan, 1957. "A study of the qualities Meister Eckhart shares with Zen and Shin Buddhism". Incluye la traducción de poemas *myokonin* Saichi.

- *Zen and Japanese Culture*, New York: Pantheon Books, 1959. Un clásico.
- *Zen Buddhism and Psychoanalysis*, Erich Fromm, D. T. Suzuki, y De Martino. Aproximadamente una tercera parte de este libro es una larga discusión de Suzuki proporcionando un análisis budista de la mente, sus niveles y la metodología para extender la conciencia más allá del nivel meramente discursivo de pensamiento. En la elaboración de este análisis, Suzuki ofrece una explicación teórica para muchas de las historias de la enseñanza en el manejo de la espada en *Zen and Japanese Culture* lo que de otra manera parecería implicar la telepatía mental, la percepción extrasensorial, etc.

Miscelánea:

- Una antología de su obra hasta mediados de 1950: *Zen Buddhism: Selected Writings of D.T. Suzuki*, Doubleday, New York: 1956. Editado por William Barrett.
- Temprana obra sobre el filósofo-místico occidental. *Swedenborg: Buddha of the North*, West Chester, Pa: Swedenborg Foundation, 1996. Traducido por Andrew Bernstein de *Swedenborugu*, 1913.
- *A Miscellany on the Shin Teaching of Buddhism*; Kyōto, Shinshū Ōtaniha, 1949.
- *Shin Buddhism*; New York, Harper & Row, 1970.
- Gutoku Shaku Shinran, *The Kyōgyōshinshō, The Collection of Passages Expounding the True Teaching, Living, Faith, and Realizing of the Pure Land*, traducido por Daisetz Teitarō Suzuki (ed. por The Eastern Buddhist Society); Kyōto, Shinshū Ōtaniha, 1973.
- *Collected Writings on Shin Buddhism* (ed. por The Eastern Buddhist Society); Kyōto, Shinshū Ōtaniha, 1973.
- Transcripción de las conversaciones sobre budismo Shin. *Buddha of Infinite Light*. Boston: Shambhala Publications, 1998. Editado por Taitetsu Unno.
- Homenaje; antología de ensayos de grandes pensadores. *D.T. Suzuki: A Zen Life Remembered*. Weatherhill, 1986. Reimprimido por Shambhala Publications.
- Véase también las obras de Alan Watts, Paul Reps et al.

Bibliografía

- Suzuki, Daisetsu Teitaro. *¿Qué es el Zen?* Editorial Losada: Madrid, 2006. ISBN 84-96375-18-8
- —, y Fromm, Erich. *Budismo zen y psicoanálisis*. Fondo de Cultura Económica: Mexico, 1960/2003 [15ª reimpresión]. ISBN 968-16-0624-8
- —. *Ensayos sobre budismo Zen* {3 volúmenes}. Editorial Kier: Buenos Aires. ISBN 950-17-1011-4 / ISBN 950-17-1012-2 / ISBN 950-17-1013-0
- —. *Introducción al budismo Zen* ^[2]. Editorial Kier: Buenos Aires, 2005 [9ª edición]. ISBN 950-17-1014-9. Ediciones Mensajero: Bilbao, 1979/2006. [4ª edición]. ISBN 978-84-271-0779-3 Prólogo incluido en Carl Gustav Jung. *Obra completa: Volumen 11. Acerca de la psicología de la religión occidental y de la religión oriental. XIII. Prologo al libro de D. T. Suzuki La Gran Liberación. Introducción al budismo zen (1939/1958)*. Trotta: Madrid, 2008. ISBN 978-84-8164-902-4 / ISBN 978-84-8164-907-9
- —. *Manual de budismo Zen*. Editorial Kier: Buenos Aires, 2003 [4ª edición]. ISBN 950-17-1008-4
- —. *El buda de la luz infinita: las enseñanzas del budismo Shin*. Editorial Paidós: Barcelona, 2001. ISBN 84-493-1132-2
- —. *El ámbito del Zen*. Editorial Kairós: Barcelona, 2000 [1ª edición, 3ª impresión]. ISBN 84-7245-127-5
- —. *El Zen y la cultura Japonesa*. Ediciones Paidós Ibérica: Barcelona, 1996 [3ª impresión]. ISBN 84-493-0239-0
- —. *La doctrina Zen del inconsciente: significado del sutra de Huinen G*. Editorial Kier: Buenos Aires, 1993. ISBN 950-17-1009-2
- —. *Budismo Zen*. Editorial Kairós: Barcelona, 1993. ISBN 84-7245-275-1

Enlaces externos

- A ZEN LIFE - D.T. Suzuki (Out-takes) ^[3]
- A ZEN LIFE - D.T. Suzuki (Excerpt) ^[4]

Referencias

- [1] <http://consciouslivingfoundation.org/ebooks/new2/ManualOfZenBuddhism-manzen.pdf>
- [2] <http://books.google.es/books?id=WyoL1IkaBfgC&pg=PP1&hl=es&pg=PP1#v=onepage&q&f=false>
- [3] <http://www.youtube.com/watch?v=RksY8GFJ460>
- [4] <http://www.youtube.com/watch?v=RVp9i4QIUUU>

Taisen Deshimaru

Taisen Deshimaru (nombre de nacimiento: Yasuo Deshimaru) (1914-1982) fue un maestro budista Zen.

Biografía

Nacido en Kyushu, Prefectura de Saga, Japón, Deshimaru fue criado por su abuelo, un antiguo samurái antes de la Revolución Meiji, y por su madre, una devota practicante de la secta budista jodo shinshu. Interesado por el mundo, abandonó las prácticas de su madre y estudió el cristianismo durante un largo periodo bajo un ministro protestante antes de decidirse finalmente que tampoco eso estaba hecho para él. Volvió a su propia religión, el budismo, y tomó contacto eventualmente con las enseñanzas Rinzaí. Eventualmente, también se distanció del budismo Rinzaí y se sentía insatisfecho con su vida de hombre de negocios. Esto le llevó a conocer al maestro del Zen Sōtō, Kodo Sawaki, del cual se hizo discípulo rápidamente. Deshimaru siguió rápidamente los pasos del Maestro Sawaki y se entregó a la práctica del *shikantaza*.

Tras el ataque a Pearl Harbor llevado a cabo por los japoneses, los dos se separaron y Deshimaru fue enviado a la guerra. Sus experiencias le llevaron a la Isla de Bangka, donde enseñó zazen a los chinos, indonesios y europeos que habitaban la isla. La isla estuvo bajo ataque del Ejército Japonés de Ocupación, el cual estaba ejecutando a grandes cantidades de sus habitantes de forma indiscriminada. Sintiendo comprometido con la gente de Bangka, eventualmente Deshimaru se unió a su causa y fue rápidamente etiquetado como un rebelde por la Armada Japonesa y llevado a prisión. Poco antes del momento de su ejecución, oficiales japoneses de alto rango le liberaron junto a los otros prisioneros que esperaban recibir la pena capital. Tras esto, fue ubicado en un campo norteamericano de prisioneros de guerra en Singapur hasta que fue liberado meses después.

En seguida, Deshimaru se volvió a unir a su maestro y estuvo a su lado durante catorce años hasta la muerte de Sawaki en 1965. Deshimaru recibió la ordenación monástica poco antes de que Sawaki enfermara. Se dice que Sawaki expresó, en su lecho de muerte, su deseo de expandir el Zen a otras partes del mundo, y le pidió a Deshimaru que viajara a Europa y difundiera las enseñanzas.

En 1967, Deshimaru llegó a Europa y se afincó en París con objeto de cumplir con el deseo de su maestro y difundir las enseñanzas del Zen. En la década de 1970, su misión creció y recibió la transmisión del dharma (*shiho*) del Maestro Yamada Reirin (abad del Templo de Eihei-ji) y se convirtió en *kaikyosokan* (cabeza del Zen Sōtō japonés en un determinado país o continente) de Europa. Enseñó a muchos discípulos, y fue el catalizador de la creación de una multitud de centros de práctica. Sus enseñanzas e innumerables libros ayudaron a difundir la influencia del Zen en Europa y América, particularmente de la escuela Sōtō. Fundó la AZI en 1970 y *La Gendronnière* en 1979. Falleció en 1982, tras haber establecido de forma sólida la práctica del Zen en occidente.


Tras la muerte del Maestro Deshimaru, sus tres discípulos más cercanos, Ettienne Zeisler, Roland Rech, y Kosen Thibaut, viajaron a Japón para recibir el *shiho* de la más alta autoridad del Sōtō, el Maestro Niwa Zenji. Andre Lemort, otro de sus discípulos y quien fuera ordenado por Deshimaru en 1981, introdujo el Zen en Colombia, país en

el que ha abierto seis dojos.

Obra

- *La Práctica del Zen*
- *Preguntas a un Maestro Zen*
- *La Otra Orilla. Textos Fundamentales de Zen Comentados por el Maestro Taisen Deshimaru*
- *El Anillo de la Vía*
- *El Tesoro del Zen: Los Textos Fundamentales del Maestro Dogen*
- *Zen verdadero. Introducción al Shobogenzo*
- *El Sutra de la Gran Sabiduría (Hannya Shingyo)*
- *El Sutra de la Gran Compasión (Kannon Gyo)*
- *Historias Zen*
- *Zen y Cerebro*
- *Autobiografía de un monje Zen*

Enlaces externos

-  Wikimedia Commons alberga contenido multimedia sobre **Taisen Deshimaru**. Commons
- Asociación Zen Internacional, Fundador Taisen Deshimaru ^[1]
- Sitio Web del Maestro Kosen Thibaut, Heredero del Dharma del Maestro Taisen Deshimaru ^[2]
- Sitio Web de la sangha del Maestro Kosen Thibaut de América Latina ^[3]
- Sitio Web de la sangha del Maestro Kosen Thibaut en Buenos Aires ^[4]
- Buddhist Masters and their Organisations ^[5]
- Sitio Web de la shanga del Maestro Reitai Lemort en Bogotá ^[6]

Referencias

[1] <http://www.zen-azi.org>

[2] <http://www.zen-deshimaru.com>

[3] <http://www.zen-deshimaru.com.ar>

[4] <http://www.zen-buenosaires.com.ar>

[5] <http://www.buddhanet.net/masters/deshimaru.htm>

[6] <http://www.fundacionzen.org/>

Fuentes y contribuyentes del artículo

Buda Gautama *Fuente:* <http://es.wikipedia.org/w/index.php?oldid=59416628> *Contribuyentes:* -jem-, 672, AchedDamiman, Airunp, Alejandro Quetzamo, Andreasmerpu, Antón Franco, Benyosef, BetoCG, Bleff, Buddhist0009, Carmin, Cembo123, Centroamericano, Christeck, Cobalttempest, CommonsDelinker, Copydays, Cordwainer, DEDB, Davius, Delphidius, Developer, Dhidalgo, Diegusjaimes, Dorieo, Edslov, Eduardosalg, Elsenyor, Elvenmuse, Ensada, Fegal, Filipo, Foundling, Galandil, Garber, Glad, Googledance, Grammatéus, Greek, Guidadelavida, Gunderson, Gusgus, Humberto, Ialad, Icvav, Ignacio Icke, Irus, Jakeukalane, Jarisleif, Jeanpca, Jferrercas, Jgrosay, Jkbw, Jorge c2010, JorgeGG, Júcar, Juan José Moral, Jurgens, Kanha, Kevin99es, Khiani, Kintaro, Kved, Laura Fiorucci, Leandro Palacios, Leitob47, Leonpolanco, LlilllAcunhlllll, Lo2gomez, Lucien leGrey, Lucifer2000, LucyJhonson, LyingB, Macarrones, Mafores, Mansonc, Manuelt15, MarcoAurelio, Matdrodes, Mel 23, Mikel Gómez, Mitrush, Moisés Mirandel, Mpeinadopa, Muka189, Muro de Aguas, Natzzzzun, Nethac DIU, Netito777, Nevel55, Nicop, Njrwall, OORRUUTTRRAA, Oblongo, Opus88888, Pablo323, PaxXXL, Petronas, Petruss, PhJ, Pichocho, Poeta minnie, Pólux, Qwertymith, R2D2!, Rastrojo, ReyDavid, Roberto Fiadone, Rosarino, RoyFocker, Rrmsjp, Rubpe19, Saloca, Salvador alc, Samadhi777, Sandrog, Savh, Sergio Abreu, Shravaka, Sidarta 108, Spockdg, Starlingmaximilian, SuperBraulio13, Tano4595, Tenan, Tiritihel, UA31, Uruk, VARGUX, Varano, Vesskun, Vitamine, Vubo, Xabier, Xatufan, Zanoní, Zensui, Ìxvar, 399 ediciones anónimas

Budismo *Fuente:* <http://es.wikipedia.org/w/index.php?oldid=59430502> *Contribuyentes:* .Sergio, 132.254.214.xxx, 3coma14, 4lex, 672, A ver, ARNT, Acratta, Adan1987, Aepedraza, Agada, Agguizar, Agmon211, Aldimeneira, Aleposta, Alhen, Alstradian, Alvaro qc, Amadís, Amalfitano, Amanuense, Andreasmerpu, Andres chu, AndresDelmastro, Andrés ElAparecido, Angel GN, Angelito7, Angus, Anonimojejeje, Antur, Antón Franco, Arcanvs, AstroNomo, Axxgreazz, Açıpni-Lovrij, Bafomet, Baiji, Bambu, Banfield, Beat 768, Bedwyr, Belb, Beto29, BetoCG, Biomaquinas, Bleff, BlouBlou, Bodhin, Bodigami, Bodinagamin, Bsea, Bucephala, BuenaGente, Cadogri, Camilo, Camima, Canyi, Carlos Alberto Quiroga, Castillo corrales v.e., Cbsz, ChristianH, Cinabrium, Clara rosa, ClozeOne, Cobalttempest, Comikisimo, CommonsDelinker, Cookie, Copydays, Cordwainer, Cratón, CrazyDymond, Cucaracha, DDarkfire, DJ Nietzsche, Damifb, Dangelin5, Danielba894, Dark, Darolu, David santacruz, David0811, DayL6, Delphidius, Dgarzilli, Dhidalgo, Dianai, Diegusjaimes, Digolaverdad, Dodo, Donguijote, Dorieo, Dsavall, Dubini, Duho77, EEIM, Eamezaga, Ecol, Edc.Edc, Edeleon3, Edslov, Eduardosalg, Edub, EfeX, Egaida, El duende alegre, El que siembra, Elliniká, Elsenyor, Elvenmuse, Elwikipedista, Emiduronte, Emijrp, Empog, Erfil, Espamtao, Estrictor, Ezarate, FAR, Fanel, Fbricker, Felipealvarez, Fernando mora, FoscoMo, Foundling, Fran89, FrancoGG, GTubio, Gafotas, Gaius iulius caesar, Galandil, Gcsantiago, Gemi, Geronime, Gimlinu, Gizmo II, Gmagno, Grawp the Loving Giant, Grillitus, Guanxito, Gudenn, Guevonaso, Gusgus, HUB, Hanibaa, Helvesgalarga, Hprmedina, Hugos4981, Humberto, Ialad, Ibpahombrepromequedeemono, Icvav, Igna, Ignacio Icke, Informatica anastasia16, Irus, Iskari, Ismita, Ivanramtseries, J.M.Domingo, JEDIKNIGHT1970, Jaimegalvis69md, Javierito92, Javuchi, Jcaraballo, Jdemarcos, Jdomingos, Jferrercas, Jfajfaj, Jkbw, JoSongoku, Jode, Jomra, Jorge.maturana, JorgeGG, Jorgenumata, Jose yupanqui, Joselarrucea, JovenBosque, Juan José Moral, Juan daniel zapata, Juan renombrado, JuanPaBJ16, Juanfe01, Julie, Jynus, Kanishka, Katxijasotzaile, Kekobabu, Khiari, KnightRider, Koko0, Kungang, Kved, LAbRat, Lang, LeCire, Leandro Palacios, Leonpolanco, Leugin1972, Neuve, Nihilo, Nixon, No sé qué nick poner, OboeCrack, Oliverlaufer, Omarin, Opus88888, Orahán, Ornitorrinco, Otaku125, PabloMayorga, Pabloallo, Pan con queso, Panchurret, Pancracio Bobo123, Pera6, Periku, Petronas, Petruss, Piketero, Pitufo.Budista, Pjimenez, Platonides, Poluro, Ppja, Pólux, QuidEstVeritas?, Qwertytrewqwert, R2D2!, Rakela, Ramv, Randyc, Rastrojo, Raulbarattini, Raulshc, Ravave, Razlong, Renly, Revistaorientalia, Ribo Dred, Richy, Roberpl, Rosarino, RoyFocker, Rubpe19, Sageo, Salazartatiana, Salvador alc, Sanbec, Sandrog, Santic2552, Sanyasins, Sasquatch21, Savh, Seas, Segedano, Sergio Andres Segovia, Shalbat, Shaolinguy, Shooke, Simondicquetcalle, SimónK, Skepseironeia, Snakeyes, Solmyr, Spockdg, Stefano Vincenzi, SuperBraulio13, Superzerocool, Taichi, Taragui, Taty2007, Technopat, Teknomegisto, Thanitss, Thingg, Tiritihel, Tomasdeleon, Tomatejc, UA31, Urgyen Rangjung, Uricm55, Vadillo, Valentin estevanez navarro, Vandal Crusher, Varano, Vesskun, Vic Fede, Victoryp, Vidar, Vitamine, WARS24, Waka Waka, Wikiléptico, Wikisilki, Wilfredor, Wipijnm, X eduardo X, Xabier, Xairu, XalD, Youssefsan, Zalacain, Zensui, Zigurat, Zuirdj, conversion script, Ángel Luis Alfaro, Ìxvar, 1773 ediciones anónimas

Budismo e hinduismo *Fuente:* <http://es.wikipedia.org/w/index.php?oldid=59013714> *Contribuyentes:* Abece, AdalCobos, Dhidalgo, Fadesga, Folkvanger, Foundling, Gusgus, Helmy oved, Matdrodes, McMalamute, Paradoja, Raulbarattini, Rosarino, Rupert de hentzau, Varano, Xabier, Ykblas, 31 ediciones anónimas

Cuatro nobles verdades *Fuente:* <http://es.wikipedia.org/w/index.php?oldid=59272827> *Contribuyentes:* 672, Airunp, Andre Engels, Angel GN, Bambu, Beto29, Deleatur, Dhidalgo, Eosphoros, Folkvanger, JACH 000, JavierCS, Jesussordo, Jferrercas, JorgeGG, Joseaperez, Juan José Moral, Lasai, Leandro Palacios, Lourdes Cardenal, LucyJhonson, MGR, Manuelferreria, Matiasvillalon, Moriel, Nihilo, No sé qué nick poner, Pera6, Pjimenez, Pvnogue, Robertec, Rosarino, Sabbut, Sandrog, Sidarta 108, Thubten Sherab, Varano, Xabier, Youssefsan, Zensui, 62 ediciones anónimas

Camino medio *Fuente:* <http://es.wikipedia.org/w/index.php?oldid=57950887> *Contribuyentes:* 672, Beetstra, Dhidalgo, Loladiez, Mhss, Nihilo, Sandrog, Xabier, 6 ediciones anónimas

Noble camino óctuple *Fuente:* <http://es.wikipedia.org/w/index.php?oldid=58199480> *Contribuyentes:* 672, Abece, AldanaN, Bluenote, Bodigami, Brainvoid, Dhidalgo, Egaida, Emijrp, Ernobe, Fanel, Gajjin, Grillitus, Jferrercas, JorgeGG, Leandro Palacios, Machucho2007, ManuelGR, Moriel, Nihilo, Pera6, Rosarino, RotSoon, Sandrog, Sumangal, Varano, Youssefsan, Zensui, 75 ediciones anónimas

Naturaleza de Buda *Fuente:* <http://es.wikipedia.org/w/index.php?oldid=59112447> *Contribuyentes:* Pabloallo, Rosarino, Varano

Samsara *Fuente:* <http://es.wikipedia.org/w/index.php?oldid=58751898> *Contribuyentes:* Aacugna, Alelapenya, Angelito7, Austi, BlackBeast, Cronopioni, Cruento, Dalton2, Davidguiterrealvarez, Dhidalgo, Ecemami, Elvenmuse, Ernobe, Grillitus, HUB, Lampsako, Lebastias, Lin linao, Lourdes Cardenal, M.heda, Mandramas, Meldor, Merlyn333, Netito777, No sé qué nick poner, Ooscar, Pera6, Rosarino, SUPERNOVA5000, Skepseironeia, TeleMania, Tiritihel, Varano, Wikiléptico, Xabier, Ìxvar, 27 ediciones anónimas

Karma *Fuente:* <http://es.wikipedia.org/w/index.php?oldid=59083071> *Contribuyentes:* 2012-ZETZUBOU, 672, Aalvarez12, Adrian Natera19, AlekseyWiki, Andresisrael, Angelito7, Artaris, AstroNomo, Axxgreazz, Bakieva M, Bethan 182, Bodigami, Buu, Cachabolik, Camilo, Carutsu, Cgancialaborde, DDarkfire, Daniyyel, David0811, Desatonao, Ivanramtseries, Duca3, DédaloBcnBcn, Ediazrod, Edslov, Egaida, El Davo, Elsenyor, Emijrp, Equi, FBAena, Fabricio Miscio., Farisori, Fernando Estel, Foundling, Furti, Gusgus, Gustronico, Hash, Heavyrock, Humberto, Ieouam, JAQG, Jaralm, Javi pk, Javuchi, Jferrercas, Jkbw, Johannyntrinidad, Jondel, Jorge c2010, JorgeGG, JuanPaBJ16, Juanga007, Karmanu, Khiani, Krous, Kved, LOST1148, Laura Fiorucci, Leandro Palacios, Leonpolanco, Lucien leGrey, Mafores, Manuelt15, Maria andrea cordoba, Matdrodes, Matiasllo, Megaintelectual, Mel 23, MercurioMT, Moriel, Morthylla, Muro de Aguas, Nicop, Nicopriest, Nihilo, Pabloallo, Pacemmi, Padin, Patrickpedia, Pedrero, Pedro Nonualco, PeiT, Pera6, Petronas, Petruss, Pjimenez, Placa1783, Ponalgoyya, PremieLove, Pólux, R.Vikram, Raul Ravanal, Ricardogn, Rosarino, Sabbut, Salvador alc, Segavi, Silvegana, Sseerrggii, Strider, Technopat, The KARMApolice, Tiritihel, Tomatejc, Tostadora, Truor, Tsukino, Txo, UA31, Valentin estevanez navarro, Varano, Wikiléptico, Wllms, Xabier, Ximena brunotto, Zanaqo, 402 ediciones anónimas

Nirvana (espiritualidad) *Fuente:* <http://es.wikipedia.org/w/index.php?oldid=58384568> *Contribuyentes:* .José, 672, Agada, Agguizar, AlexGPL, Alvaro qc, Amanuense, AndreaCabero, Andreasmerpu, Aparejador, AstroNomo, Açıpni-Lovrij, BQ17, Bambu, BlackBeast, DDarkfire, Danielaka, David0811, Dhidalgo, Diegusjaimes, Dorieo, Dove, Duca3, Dvdcrojas, ELIOT ABDALA, Egaida, El Chele, Er Komandante, EstebanL, Farisori, Feliquis, Fernando H, Galandil, Huhsunqu, Iturr, Javuchi, Jferrercas, Jondel, Jorge 2701, JorgeGG, Joseaperez, Lourdes Cardenal, Maleiva, Martinwiki, Matdrodes, Mega-buses, Miguel303xm, MoN 02, Moriel, Netito777, Noilegrus, Pabloallo, Pan con queso, Pedrero, Pera6, Petruss, Pjimenez, Platonides, Profesorx, R.Vikram, Renebeto, Robertec, Robocop, Rosarino, RoyFocker, Rupert de hentzau, Salvador alc, Sandrog, Simeón el Loco, Standard11, SuperBraulio13, Thorongil, Tomatejc, Varano, Wikiléptico, Wikiseldon, Xabier, Xapa, Yavidaxiu, Zensui, conversion script, *R*Yueli'o, Ìxvar, 151 ediciones anónimas

Reencarnación *Fuente:* <http://es.wikipedia.org/w/index.php?oldid=59246506> *Contribuyentes:* Agada, Aikicarlos, Alejandrocaro35, Alejogfc, Angelito7, Antón Franco, Arges, Arrt-932, Açıpni-Lovrij, Cesarsleon, Charrua85, Copydays, Ctrl Z, Damifb, Dark Bane, Descalza, Dhidalgo, Diegusjaimes, Dodo, Dokam, Dorieo, Edmenb, Eduardosalg, Egaida, Elduende, Elliniká, Elvenmuse, Enamour, Equi, Fernando Martínez Santos, Filipo, Gilwellian, Gusgus, Heliez, Humberto, I Am Weasel, Jkbw, Jojox, Jondel, Jorge David Linares, JorgeGG, LP, Laura Fiorucci, Lucien leGrey, Luis1970, LyingB, MadriCR, Magister Mathematicae, Mandramas, Matdrodes, Mercenario97, Miranuz, Moriel, Msgiacoboni, Neuron, Nuen, Pedrero, Pedro Nonualco, Pepsi 98, Pera6, PremieLove, Pólux, Qubit, Reincarnation Services, Roberto Cruz, Rosarino, Sandrog, Sergio Andres Segovia, Simeón el Loco, Tiritihel, Ucevista, Varano, Vitamine, Wikiléptico, Xabier, Yilkul, Zoram.hakaan, 168 ediciones anónimas

Renacimiento (budismo) *Fuente:* <http://es.wikipedia.org/w/index.php?oldid=58634876> *Contribuyentes:* 672, Airunp, Angelito7, Dhidalgo, Folkvanger, Jferrercas, Muro de Aguas, Nihilo, Pólux, Sandrog, Zensui, 15 ediciones anónimas

Cinco agregados *Fuente:* <http://es.wikipedia.org/w/index.php?oldid=56845447> *Contribuyentes:* Cronopioni, Donguijote, Ortisa, Rosarino, Sandrog, Zensui, Ìxvar, 1 ediciones anónimas

Anátman *Fuente:* <http://es.wikipedia.org/w/index.php?oldid=52080338> *Contribuyentes:* 672, Airunp, Copydays, Pacoperez6, Rosarino, Sandrog, St Alon, Zensui, 2 ediciones anónimas

Moksha *Fuente:* <http://es.wikipedia.org/w/index.php?oldid=56182079> *Contribuyentes:* Cholon, Desatonao, JimmyTwoShoes fan, KnightRider, Maleiva, Nordisk varg, Rosarino, Scott MacLean, Wikiléptico, Xabier, 2 ediciones anónimas

Tr̥ṣṇā *Fuente:* <http://es.wikipedia.org/w/index.php?oldid=42316940> *Contribuyentes:* Dhidalgo, Ganfmedes, Grillitus, Luis Felipe Schenone, LuisCapriles, Rosarinagazo, Sandrog, Ìxvar, 1 ediciones anónimas

Canon Pali *Fuente:* <http://es.wikipedia.org/w/index.php?oldid=57025981> *Contribuyentes:* Copydays, Dhidalgo, Diegusjaimes, ErikvanB, Fadesga, Farisori, Isidatta, Jferrercas, Jhevno, Jynus, Lucien leGrey, Salvador alc, Sasquatch21, Vidar, Wikielwikingo, Xabier, 4 ediciones anónimas

Seis reinos del samsara *Fuente:* <http://es.wikipedia.org/w/index.php?oldid=57324686> *Contribuyentes:* 672, Cruento, Darolu, Dhidalgo, Ernobe, Lebastias, Rosarino, St Alon, TheNewMaster, Urumi, Zensui, Ìxvar, 5 ediciones anónimas

Diez reinos espirituales *Fuente:* <http://es.wikipedia.org/w/index.php?oldid=57324784> *Contribuyentes:* 672, Dhidalgo, Ernobe, HUB, Matdrones, Rosarino, RoyFocker, Yokaii, 9 ediciones anónimas

Sánscrito *Fuente:* <http://es.wikipedia.org/w/index.php?oldid=58938384> *Contribuyentes:* 333, Ahambhavami, Alpinu, Alvaro qc, Andrés Cortina, Angelito7, Antón Franchó, Arnot, Barrie, Belb, BlackBeast, Bluepados, Cgarcialaborde, Colombiacuriosa, Danilo Vilicic, Davius, Death Machine, Diegusjaimes, DonDemitri, Dorieo, Dralkom, Ecelan, Erfil, Fadesga, Faustito, Fernando Estel, Filipo, Franciscomesa, Gelo71, Gustronico, Isha, JMCC1, Jaggyjaggy, Jarisleif, Jjvaca, Jkbw, Josell2, Labird, Lang, Lecuona, Lin linao, Luis Valme, Luis1970, Maparrar, MarcoAurelio, Mercenario97, Miky, Mortheacor, Mutari, Mxn, Ninrouter, No sé qué nick poner, NocturneSoul, P.o.l.o., Pepepex, PhJ, Rojasoscar1, Rolf obermaier, Rosarinagazo, Rosarino, Rupert de hentzau, Sabbut, Sanswiki, Taichi, Tapasvin, Wikiseldon, Xuankar, Yelquin, Yodigo, Youssefsan, *RYueli'o, Áyax, 118 ediciones anónimas

Jainismo *Fuente:* <http://es.wikipedia.org/w/index.php?oldid=59135576> *Contribuyentes:* 672, Adan1987, Antón Franchó, Copydays, DEDB, Desmondtrent, Dhidalgo, Diegusjaimes, Frannieb19, Garber, Gerwoman, Grillitus, Kortatu, Leonpolanco, Lew XXI, Lin linao, Lucifer2000, Nihilo, Oblongo, Opus88888, Pabloallo, Perico Baranda, Pollito con Papas, R.Vikram, Roberpl, Rosarino, Shikamaru battousay, Since, Spockdg, Varano, WiccaNx44, Wiki Wikardo, Wikiléptico, Xabier, ZEN ic, Zigurat, 88 ediciones anónimas

Mahāyāna *Fuente:* <http://es.wikipedia.org/w/index.php?oldid=58395310> *Contribuyentes:* Agada, AndresDelmastro, Antonio Páramo, Desde el planeta de los simios, Dhidalgo, Dianai, Egaida, Elwikipedista, Guanxito, JMPerez, Leandro Palacios, Lebastias, Njrwally, Pablo2garcia, Pera6, Raulbarattini, Rosarino, Rage, Sandrog, Tony Rotondas, UA31, Varano, Xabier, Zensui, Ìxvar, 27 ediciones anónimas

Budismo y ciencia *Fuente:* <http://es.wikipedia.org/w/index.php?oldid=47027688> *Contribuyentes:* 672, Beetstra, Cantero, Condotiero, Edmundo ba, Egaida, Ensada, Greek, Jferrercas, Joarsolo, JorgeGG, Lebastias, MER-C, Matdrones, Mike.lifeguard, Pan con queso, Rosarino, Vesskun, Xabier, 53 ediciones anónimas

Theravada *Fuente:* <http://es.wikipedia.org/w/index.php?oldid=59025113> *Contribuyentes:* Agada, Amalfitano, Antonbaron, Aurora Talavera, David santacruz, Desde el planeta de los simios, Dhidalgo, Dianai, Edc.Edc, Egaida, El Moska, Elsenyor, Elwikipedista, Er Komandante, Fadesga, HUB, Jferrercas, JorgeGG, Josecrevillente, Leandro Palacios, Leonpolanco, Njrwally, Oscar ., Pato4000, Pera6, Pilaf, Rosarino, RotSoon, Rage, Sandrog, Template namespace initialisation script, ARGUX, Varano, Vidar, Xabier, Zensui, Ìxvar, 29 ediciones anónimas

Bodhicaryavatara *Fuente:* <http://es.wikipedia.org/w/index.php?oldid=59136227> *Contribuyentes:* Alejandro linconao, David0811, Dhidalgo, Jgalgarra, Jorgenumata, Lobsangdawa, Marsan51, Nihilo, Xabier, 2 ediciones anónimas

Yapa mala *Fuente:* <http://es.wikipedia.org/w/index.php?oldid=55092249> *Contribuyentes:* Airunp, Akhram, Bucephala, C'est moi, Carlospino, Correogsk, Davin, Dhidalgo, Egaida, Huhsunqu, Héctor Guido Calvo, Jerowiki, Lebastias, Leonpolanco, Rosarino, Yrithinnd, 18 ediciones anónimas

Shinnyo-en *Fuente:* <http://es.wikipedia.org/w/index.php?oldid=59417498> *Contribuyentes:* Christeck, Dhidalgo, Kadellar, Loladiez, Rage, Taichi, 9 ediciones anónimas

Budismo Shingon *Fuente:* <http://es.wikipedia.org/w/index.php?oldid=57989056> *Contribuyentes:* Cookie, Davidge, Dhidalgo, Egaida, Elwikipedista, Haitike, Loladiez, Lourdes Cardenal, Pjimenez, Rsg, Rage, Sabbut, Teogomez, Varano, 5 ediciones anónimas

Yāna *Fuente:* <http://es.wikipedia.org/w/index.php?oldid=46961294> *Contribuyentes:* Antur, Bambu, Copydays, Davin, Dhidalgo, Isha, Loladiez, Lucien leGrey, Maldoror, Pera6, Raulbarattini, Robertec, Rosarino, Sandrog, Varano, Zifra, 4 ediciones anónimas

Atman *Fuente:* <http://es.wikipedia.org/w/index.php?oldid=57586500> *Contribuyentes:* ANESTRELLA, Amadís, BlackBeast, Copydays, Corrector de redirecciones, Dhidalgo, Ernobe, JViejo, Javier García Gómez, Jesuanib, Kordas, Patricio.lorente, Robespierre, Rosarino, Sandrog, Taichi, 9 ediciones anónimas

Samadhi *Fuente:* <http://es.wikipedia.org/w/index.php?oldid=57191751> *Contribuyentes:* José, Cgarcialaborde, Davius, Dhidalgo, Dwaynemac, Edmenb, Fadesga, Fernando Estel, Leonpolanco, Lin linao, Manuprobst, McMalamute, Mushii, Orgullomoore, Pabos95, Pati, Pedrero, Pera6, PremieLove, R.Vikram, Rosarino, RotSoon, Sadhaka, Taragui, Varano, Zensui, Ìxvar, 74 ediciones anónimas

Barlaam y Josafat *Fuente:* <http://es.wikipedia.org/w/index.php?oldid=58857530> *Contribuyentes:* Andreasperu, Benyosef, Copydays, Dhidalgo, Egaida, Escarlati, Fadesga, Gizmo II, Globalphilosophy, Mareve, Rupert de hentzau, Urdangaray, Wikielwikingo, Ángel Luis Alfaro, 6 ediciones anónimas

Anexo:Los 28 Budas *Fuente:* <http://es.wikipedia.org/w/index.php?oldid=56705582> *Contribuyentes:* BL, Dhidalgo, Diegusjaimes, Jorge c2010, LyingB, Nihilo, Poco a poco, Starlingmaximilian, Ìxvar, 40 ediciones anónimas

Vairochana *Fuente:* <http://es.wikipedia.org/w/index.php?oldid=57068054> *Contribuyentes:* Antón Franchó, Copydays, Dhidalgo, Ignacio Icke, Jarke, Rosarino, 3 ediciones anónimas

Manjushri *Fuente:* <http://es.wikipedia.org/w/index.php?oldid=56190901> *Contribuyentes:* Bambu, CommonsDelinker, Copydays, Dhidalgo, Dodo, JMPerez, Jgalgarra, Jsanchezes, Lobsangdawa, M0m0, No sé qué nick poner, Rage, Sabbut, 1 ediciones anónimas

Guan Yin *Fuente:* <http://es.wikipedia.org/w/index.php?oldid=57107151> *Contribuyentes:* AdalCobos, Baiji, Chien, Cookie, Cyberdespacio, Dhidalgo, Edescas, Elduende, Ernesto Graf, Homoterra, Imixtape, Itzcuahtli, Javier Biedma, Jdemarcos, Kokile, LordT, Los Furlanes, Mortadelo2005, Netito777, Nihilo, Rautopia, Ricardogpn, Sandrog, Tubet, Varano, Wkboonec, Ìxvar, 49 ediciones anónimas

Bhaisajyaguru *Fuente:* <http://es.wikipedia.org/w/index.php?oldid=52830964> *Contribuyentes:* Bambu, Dhidalgo, Ensada, Isha, Leandro Palacios, LuisManson, Mel 23, Muramasa, Orgullomoore, Rosarino, Sandrog, Weida, 8 ediciones anónimas

Amitābha *Fuente:* <http://es.wikipedia.org/w/index.php?oldid=59112478> *Contribuyentes:* AQUIMISMO, Camima, Carmin, Copydays, Dhidalgo, Digigalos, Eduardo ramirez nakatani, EnigmasExpress, Ignacio Icke, Oblongo, Poco a poco, Rjgalindo, Rosarino, Starlingmaximilian, Tirithel, Vim, 4 ediciones anónimas

Adi-Buda *Fuente:* <http://es.wikipedia.org/w/index.php?oldid=58127818> *Contribuyentes:* Dhidalgo, Hchiari, Nepenthes, Pejeyo, Rosarino, Sandrog

Tara (budismo) *Fuente:* <http://es.wikipedia.org/w/index.php?oldid=58522870> *Contribuyentes:* Alejandro linconao, Althamar, Chanfu, CommonsDelinker, Joan Castillo Solans, Lucifer2000, Nontlatocatzin Cuitlahuac, Rosarino, Varano, Ìxvar, 4 ediciones anónimas

Śakra *Fuente:* <http://es.wikipedia.org/w/index.php?oldid=59111443> *Contribuyentes:* Dangelin5, Elvenmuse, Iokseng, Octahedron80, Rosarino

Avalokiteshvara *Fuente:* <http://es.wikipedia.org/w/index.php?oldid=59112343> *Contribuyentes:* AdalCobos, Alejandro linconao, Beaukarpo, Cookie, Copydays, David Legrand, Dhidalgo, Isha, KnightRider, Leandro Palacios, Lebastias, Nottingham, Oscar ., Prometheus, Rosarino, Sandrog, Technopat, Tubet, Yago AB, Ìxvar, 22 ediciones anónimas

Duḥkha *Fuente:* <http://es.wikipedia.org/w/index.php?oldid=56619334> *Contribuyentes:* Alexandra Kuhn, Coco1190, Copydays, Dhidalgo, Digigalos, Egaida, Francisco Mochis, Iskari, Jferrercas, Joseaperez, Leandro Palacios, Maldoror, Matiasasb, Pera6, Rosarino, Sandrog, Varano, Youssefsan, Zensui, Ìxvar, 4 ediciones anónimas

Vajrayāna *Fuente:* <http://es.wikipedia.org/w/index.php?oldid=58592082> *Contribuyentes:* José, Agada, Alejandro linconao, AndresDelmastro, CommonsDelinker, Dhidalgo, Digigalos, Eecemaml, Egaida, Elwikipedista, Isanorato5, Pedro Felipe, Pera6, Quetienelazarzamora, Raulbarattini, Rage, Sandrog, Varano, Wilfredor, Xabier, Ìxvar, 14 ediciones anónimas

Mitología budista *Fuente:* <http://es.wikipedia.org/w/index.php?oldid=39340336> *Contribuyentes:* Davin, Dhidalgo, Eqinox, Nuen, Mixajло Аңжелкович, 1 ediciones anónimas

Naga (mitología hinduista) *Fuente:* <http://es.wikipedia.org/w/index.php?oldid=58764843> *Contribuyentes:* Aacugna, Alhen, Angelito7, Cristian Andreu, Cygnus, Davidsss, Dhidalgo, Dodo, Egas, Guevonaso, Ignacio Icke, Isha, JMCC1, Jimbg, LadyInGrey, LeCire, LuNa, Nihilo, Outis00, Rosarino, Thanos, The G, Tsarine, Valerie V, VicenteRP, Yeray-muaddib, 24 ediciones anónimas

Árbol de Bodhi *Fuente:* <http://es.wikipedia.org/w/index.php?oldid=57761769> *Contribuyentes:* DEDB, Dhidalgo, Hercule, Pedro Felipe, Poco a poco, Racapa, Rosarino, 1 ediciones anónimas

Dhyana *Fuente:* <http://es.wikipedia.org/w/index.php?oldid=57149666> *Contribuyentes:* Dhidalgo, Diezlola, Ignacio Icke, Loladiez, Matdrones, Rosarino, Varano, Yodigo

Meditación *Fuente:* <http://es.wikipedia.org/w/index.php?oldid=58395440> *Contribuyentes:* 2012-ZETZUBOU, Agada, Agustina Pozzo, Alejandro Sanchez, Aliman5040, Almajiko, Andres Delmastro, Andurriales, Ardol, Arioch witch, BL, Belphegor192, Bernard, Biasoli, Borolof, Bradomín, Bsea, Cancamo, Cbsz, Cerato, Cgarcialaborde, Cinabrium, Concious, Copydays, Davidmartindel, Delphidius, Dhidalgo, Diegusjaimes, Digigalos, Dodo, Ecuereuil espagnol, Edmenb, Eduardosalg, Egaída, Ekateb, El Moska, Elduende, Elwikipedista, Enamour, Eternal light, Evasivo, FAL56, Fernando mora, Fisues, Fonsi80, GermanX, Ggenellina, Gonzalorico, HUB, Heliocrono, Helmy oved, Hhzorrilla, Humberto, I Am Weasel, J. A. Gélvez, Jviejoe, Jesus Hubert, Jferrercas, Jkbw, Jmuroa, JoSongoku, Jordi Lloberas, JorgeGG, José A. Bolívar, Jugones55, Kurma, LP, Leonpolanco, Lilylo, Lobillo, Loco085, Lucia ixtapa, Luis Felipe Schenone, M0m0, Magister Mathematicae, Manwë, Mar del Sur, Mario modesto, Mark2050, MartinJurado, Martinezhidalgo 296, Matdrodes, Mjoseph, Mongo Aurelio, Nansen, Natural-rasta, Niceforo, Nuria C. Omni, Pacomova, PapaNicolau, Paulat, Perenin, Premièr Lover, Pólux, Racso, Retama, Roberpl, RobyArg, Rosarino, Røge, Salvador alc, Savr02, Sjc, SuperBraulio13, Tano4595, Tanumanasi, Technopat, TiritheI, Tucaminoalibertad, Txo, Tzadkiel, Victoryp, Vlad72, Wikiléptico, Winston84, Xabier, Xvazquez, Yeza, 261 ediciones anónimas

Yogachara *Fuente:* <http://es.wikipedia.org/w/index.php?oldid=59111229> *Contribuyentes:* Beusson, Dangelin5, Herosi, Rosarino

Escuelas budistas *Fuente:* <http://es.wikipedia.org/w/index.php?oldid=59228762> *Contribuyentes:* Airunp, Alejandro linconao, Bsea, Carmin, CommonsDelinker, Copydays, Dhidalgo, Lisandrom, Magister Mathematicae, Nacho haller, Nihilo, Ribo Dred, Rosarino, Sandrog, Sedn, Xabier, Zensui, 10 ediciones anónimas

Dharma *Fuente:* <http://es.wikipedia.org/w/index.php?oldid=59065760> *Contribuyentes:* José, AdalCobos, Alfonso", Angel GN, AstroNomo, Avalesco, Barri, Boslyboyz, Camilo, Cgarcialaborde, ChongDae, Dharmazul, Dharmu1233, Dhidalgo, Dianai, Diegusjaimes, Dodo, Egaída, Erfil, Fernando Estel, Franco68, Gusgus, HUB, Henry Knight, Highwaychilli, Highwaychilli7, Jarke, Jdemarcos, Jesuanib, Jferrercas, JoSongoku, Jorge c2010, JorgeGG, Josefael, Juan Bosco, JulioMT, Khiari, Lang, Lasneyx, Luis Candelas, Luis Felipe Schenone, LyingB, M0m0, MarcoAurelio, Moriel, Muimota, N6, Osado, Pera6, Piranna, Pjimenez, Rosarino, Rupert de hentzau, Salvador alc, Sauron, Segavi, Segedano, Snakefang, Sunsinron, VanKleinen, Varano, Vladimir138, Whyneedaccount, Xabier, Zanaqo, Zensui, 111 ediciones anónimas

Rueda del dharma *Fuente:* <http://es.wikipedia.org/w/index.php?oldid=58825192> *Contribuyentes:* 333, Bodigami, Dhidalgo, Farisori, Fryant, Luzirubin@, MadriCR, Motobanger, Rosarino, Wewe, Wikiléptico, Xabier, Zam, Zensui, --Gorimono rayado--, 16 ediciones anónimas

Dharma-sastra *Fuente:* <http://es.wikipedia.org/w/index.php?oldid=59262993> *Contribuyentes:* Dhidalgo, Josecrevillente, Maricela4, Matdrodes, Pejeyo, Rosarino, 4 ediciones anónimas

Sutra (budismo) *Fuente:* <http://es.wikipedia.org/w/index.php?oldid=59066185> *Contribuyentes:* Abece, Agada, Antonbaron, Bambu, BetoCG, BludgerPan, Dhidalgo, Diego de Ávila, Er Komandante, Farisori, Itzcuahtli, Iulius1973, JViejo, Jacintoj, Jecanre, Jferrercas, M0m0, Muro de Aguas, Nihilo, Pabos95, Rosarino, Røge, Varano, Íxvar, 16 ediciones anónimas

Sutra del Corazón *Fuente:* <http://es.wikipedia.org/w/index.php?oldid=59112687> *Contribuyentes:* Bsea, Dhidalgo, Ensada, Rosarino

Sutra del Diamante *Fuente:* <http://es.wikipedia.org/w/index.php?oldid=59112600> *Contribuyentes:* Aleposta, Bsea, Copydays, Desde el planeta de los simios, Dhidalgo, Ignacio Icke, M0m0, Rosarino, Tomatejc, Varano, 4 ediciones anónimas

Abhidharma *Fuente:* <http://es.wikipedia.org/w/index.php?oldid=53863156> *Contribuyentes:* Dhidalgo, Gonzalo Pena, Jarisleif, Jferrercas, Jkbw, Rigadoun, Streakka, Tongetamo, 4 ediciones anónimas

Vinaya *Fuente:* <http://es.wikipedia.org/w/index.php?oldid=59145558> *Contribuyentes:* 672, Dhidalgo, Elwikipedista, Folkvanger, Jferrercas, Jorge Castillo, Leandro Palacios, Pedro Felipe, Saiffe, Sms, Varano, Wikiseldon, 3 ediciones anónimas

Zen *Fuente:* <http://es.wikipedia.org/w/index.php?oldid=59164390> *Contribuyentes:* Sergio, 672, Afiche, Agada, Agux, Alejandro Sanchez, Alhen, Alvaro qc, AmplioCielo, Andreaimperu, Bambu, Bluesea, BodiDaern, Bsea, CSZC, Ca in, Cbsz, Cobalttempest, Cookie, Cordwainer, Cortocircuito, Davidraiz, Davidsevilla, Delphidius, Dhidalgo, Diegusjaimes, Diezlola, Dr Juzam, Durero, Egaída, El Moska, Eldelgas, Elwikipedista, Erein, FAR, Flafus, Galio, Grizzly Sigma, Hereñu, Hidoj kuko, Hispa, Houzen, Interwiki, Jarisleif, JoSongoku, JorgeGG, JovenBosque, Juanpol, Juliacarlot, K21edgo, Leandro Palacios, Lironcareto, Loladiez, Lord Arioch, Lucien leGrey, M0m0, MER-C, Macalla, MadriCR, Magister Mathematicae, Mahdi2012, Mahey94, Matdrodes, MaxSaver, Mherandez22, Miguel0786, Miha04, Moriel, Munashii, Mxn, N1c0x1, Nansen, Nihilo, Omni, PepeGalindo, Pera6, Pit, Pjimenez, Rayadelsol, Rosarino, S9bwf3ky, Sandrog, Sanghalatina, Sedn, Sophos, Sotozenperu, SuperBraulio13, Taichi, Tan Ku, Tei, Template namespace initialisation script, Varano, Vesskun, Wafry, Xabier, Zenoken12, Zensui, conversion script, Íxvar, 288 ediciones anónimas

Kenshō *Fuente:* <http://es.wikipedia.org/w/index.php?oldid=58522004> *Contribuyentes:* Dhidalgo, Gusgus, Jondel, Poco a poco, Rosarino, Sabbut, 2 ediciones anónimas

Zazen *Fuente:* <http://es.wikipedia.org/w/index.php?oldid=58169527> *Contribuyentes:* AmplioCielo, Bsea, CommonsDelinker, David Legrand, Delphidius, Dhidalgo, Elduende, Elwikipedista, JoSongoku, Jsanchezes, Kikiperos, Loladiez, Luis Dantas, ManuelGR, Nansen, Nihilo, Pera6, Rayadelsol, Rayodelsol, Rostynachonx, Sotozenperu, Xabier, 29 ediciones anónimas

Kōan *Fuente:* <http://es.wikipedia.org/w/index.php?oldid=57513649> *Contribuyentes:* José, Abece, Ale flashero, Arcibel, Aromera, Bsea, Egaída, Elmaspeor, FAL56, Fernando H, Fidulario, Gaijin, Gons, Isha, Jamila, Jurock, Loladiez, M0m0, Matdrodes, Pabloallo, Salvador alc, Taichi, Treblinka Upanika, Tsuba, Varano, Xabier, 18 ediciones anónimas

Rinzai *Fuente:* <http://es.wikipedia.org/w/index.php?oldid=53170162> *Contribuyentes:* Se alfonso, Xabier, 3 ediciones anónimas

Karesansui *Fuente:* <http://es.wikipedia.org/w/index.php?oldid=59112356> *Contribuyentes:* Arboltsel, Arielaizenberg, Doreano, F.A.A, Fadesga, Filipo, Haitike, Hno3, Iulius1973, Rosarino, Røge, Shinnee, Taichi, Varano, Wikijuanfran, Xabier, 19 ediciones anónimas

Ceremonia del té japonesa *Fuente:* <http://es.wikipedia.org/w/index.php?oldid=55836116> *Contribuyentes:* Ashot Gabrielyan, Ciberprofe, Dr Juzam, Emtei, Espemel, Ibaframa, Lang, Phae, Phirosiberia, Røge, Saquefunk, Stifax, Taichi, Wikielwikingo, Xabier, 10 ediciones anónimas

Haiku *Fuente:* <http://es.wikipedia.org/w/index.php?oldid=59295482> *Contribuyentes:* -jem-, José, 3coma14, 7concordia7, AdriánnnIII, Afiche, Al59, Alex Filth, Alfanje, Alquimista de Viento, Amanuense, Angel GN, Argentummi, Aromera, Asanabria, Asteroide936, Ayounali, Açipni-Lovrij, Baiji, Balderai, Bambu, Banfield, Bcoto, Bethan 182, Beto29, BlackBeast, Boja, Carlos M Castro, Carmen torres valdés, Cespadales, Chispis, Cookie, Cordwainer, Corroegsk, Crisneda2000, David0811, Diosa, Eduardosalg, Edub, Eli22, Elliniká, Emiduronte, Eralos, Erfil, Ernálve, Fanega, Farisori, Filopontos, Gacpro, Gerkijel, Greek, Gregodt, Gusgus, HUB, Hameryko, Howling mad, Humberto, Ignacio Icke, Il balan, Interwiki, Irus, Isobalmx, Jkbw, Jmbenetti, Jorge c2010, JorgeGG, Juamax, Juan Pinilla, K21edgo, Komputisto, Kved, Laura Fiorucci, Leonpolanco, Lin linao, Luciana paz, Lucien leGrey, Luckyskywalker, Luis140695, Luistania, Lumilyhty, Magister Mathematicae, Man77, Manson11, Manuel15, Manwë, Mario modesto, Matdrodes, Mercenario97, Miguel Bravo-Ferrer, Moriel, Mortadelo2005, Muro de Aguas, Mutari, Nami, Orzas, Oscar ., Palica, Pan con queso, Pepipitos, Pólux, Qwepoi, Rafaelroldan, Rafaelísimo, Roquetin, Rosarino, Rupert de hentzau, Røge, Sabbut, Saliano, Savh, Secal, Taichi, TiritheI, Tláloc, Tomatejc, Trufaxx0, Unnio, Vitamine, Xabier, Érico Júnior Wouters, جيسند, 405 ediciones anónimas

Hanshan *Fuente:* <http://es.wikipedia.org/w/index.php?oldid=56278018> *Contribuyentes:* Confuzion, Copydays, Diezlola, Edmenb, Gaudio, Ggenellina, Loladiez, Mahey94, Mr. X, Nanovapor9, Nihilo, Sanbec, Sergiortero, Xabier, 53 ediciones anónimas

Karate *Fuente:* <http://es.wikipedia.org/w/index.php?oldid=59309366> *Contribuyentes:* +Aramis+, -jem-, 213-96-167-20.uc.nombres.ttd.es, AVIADOR, Airunp, Akhran, Alexis Shineye, Allforros, Amadis, Ambarrodriguez, Angel GN, Antonorsi, Asanabria, Asyut, AurorMaya, Baiji, Barcex, Bethan 182, BetoCG, Biasoli, BlackBeast, Blackbelt12, Bluenote, Boja, Brodwix, Cansado, Capitán Simio, Carlos Rommel, Carlosmarina, Carmin, CayoMarcio, Cembo123, Charif2, Cheveri, Chs e, Cinabrium, Cipión, Clfeito, Cobalttempest, CommonsDelinker, Cookie, Cspunk94, Ctrl Z, Curicaverixp, Dangelin5, Darling, David0811, Davo520, DerHexer, Dgh xxi, Diegusjaimes, Dinosky, Dionisio, Doctor seisedos, Dodo, Dolmanrg, Dr Juzam, Dragoner, Drukenmaster, Dsavall, Eduardosalg, Efége, El Pitufo, El fantástico, El karateka, Eloy, Elwikipedista, Endiefi, Ensada, Equipo Rescue, Escarlati, Escho2, Eskigabo, Ezed0, Fabian88, Farisori, Ferbr1, Fertejol, Fhosting, Fmtaekwondo, Fonadier, Foundling, Francisco Mochis, Furti, Gandalfelblanco28, Gigabig, Grachifan, Grillitus, Grizzly Sigma, HECTOR ARTURO AZUZ SANCHEZ, HUB, Hanshi, Heavyrock 666, Hichokei, Hipermétrope, Hormigacapoera, Hprmedina, Isaac Suarez Boateng, Isabelteatro, J.delanoy, Jarisleif, JavierMachado, Jcarballo, Jecanre, Jkbw, Jnecul, JoSongoku, John rae, Jorgechp, Juan chan, Juan renombrado, Juanillo5775, K-mikace, Kaud, Kenyu, Kiaikyusho, KnightRider, Krun00, Laura Fiorucci, LeCire, Leon.depalleja, Leonpolanco, Leonprimer, Lourdes Cardenal, M Odes5, MARC912374, Magister Mathematicae, Magnoel, Mahey94, Mampato, Mansoncc, Manu Lop, Manuel15, Manwë, Marianox, Mariapazgondra, Mariohidago, Martialart, Masterwfk, Matdrodes, Mercy, Metronick, Miss Manzana, Mitsourigi, Moriel, Muro de Aguas, Murphy era un optimista, MuskularTarzan, Máximo E. Calderón, Nahinaruto, Netito777, Nixón, Noel Andrés, Norby23, Opinador, Osornioactivo, Oyana015, PFAM, PSYCHOKAMUI, Pacoperez6, Pan con queso, Pauobiol, Petruss, Pilaf, Pjimenez, Porao, Pólux, QazBomber, Quatus, RUBASSSS, Ramiro.guerrero, Raystorm, Retama, Ricewind, RoyFocker, Rsg, Ryoga Nica, Røge, SAMURAIXA, Sabbut, Sanbec, Sanz94, Savh, Sedn, Sergi10mase3, Sergio Chavarri Suarez, Sergiojareno, Serloro, Shalbat, Sherlock Brett, Shobushin, Shuga Shuga, Socrates84sp, Solfeo957, Sophos, SrengeI, SuperBraulio13, SuperJoe, Syko, Taichi, Technopat, TiritheI, Titan1969, Tostadora, Urogallo, Vanbasten 23, Veon, Vickingo, Vitamine, Waka Waka, Warko, Wikiseldon, XalD, Xavigivax, Yuishinkan, Zali, Zyder, conversion script, 1045 ediciones anónimas

Kyūdō *Fuente:* <http://es.wikipedia.org/w/index.php?oldid=58092630> *Contribuyentes:* Abislo, Carrousel, Digigalos, Elwikipedista, Feray, Halcón, JorgeGG, LyingB, Macarito, Manu Lop, Marianbed, Matdrodes, Miztli Miztontli, Mushii, Nixón, Obelix83, Pjimenez, Robertec, Robloes, Sanbec, Sergigres, Taichi, Toniserna, Xabier, Zifra, 20 ediciones anónimas

Budō *Fuente:* <http://es.wikipedia.org/w/index.php?oldid=55773808> *Contribuyentes:* 4lex, Alejandrosanchez, Amadís, BetoCG, Bujinkan Arg, Daimond, Eloy, Elwikipedista, Guevonaso, Hanzo hattori, JoSongoku, Lucien leGrey, Matdrones, Metrónomo, Netito777, Panchito Humm, Pati, Pjimenez, Roberpl, Røge, Sabbut, Sanbec, Shobushin, SpiralOutSp, Varano, Yabama, 48 ediciones anónimas

Aikidō *Fuente:* <http://es.wikipedia.org/w/index.php?oldid=59242716> *Contribuyentes:* ABDESLAM, Acracia00, Aikijuanma, Aikinauta, Alexav8, AlfonsoERomero, Alhen, Allforrous, Aofvilla, Arklad, AstroNomo, Açipni-Lovrij, Bachi 2805, Bostador, Breeze, Caminoverdadero, Cienno, Danielba894, Danipeychovski, Dgcampos, Diegusjaimes, Dionisio, Dorieo, Dragontork, Dsavall, Edmenb, Eduardolp, Eduardosalg, Edupedro, Ejmeza, Elmer Olortegui Ramírez, Elmerion, Eloy, Elprobemiguel, Elwikipedista, Emberck, Ensada, Fajro, Florencio, For.good, Gaeddal, Gizmo II, Gothmog, Grayfox77, Grizzly Sigma, Guillecoppo, Gusgus, Hcarrasc, Huguinlp, Humberto, Jarisleif, Jeff keith, Jkbw, Johasm, John rae, Juanba30, Kolt Penny, Krun00, Kved, LP, Lamorack, Lancaster, Lmikonos, LordThanatos, MIG400, Mahadeva, MarcMat, Marcelo adrian chiquito, Martins94, Matdrones, Michel r, Moriel, Mushii, Netito777, Nicolasco, Niten ichy, Odin921, Ojoavisor, Pablocir, Paintman, Palach, Papyros, Patxi Aguado, Pcapeluto, Pedro A., Pepelumen, Periku, Pilaf, Pjimenez, Roberpl, Rocío Soledad Gotta, Roquesdeanaga, Rosarinagazo, Rosarino, RoyFocker, Ruben delgado 1, Røge, Sabbut, Sanbec, Sedn, Sefer, Serverex, Shamalan, Shobushin, Sophos, Superzerocool, Tatico ronin, Tomhschm, Tostadora, Walter Moyano, Wikipedistas, Xapher, Xesito, Zahualli, Zeno Gantner, Zoomwizard, Zorosandro, 534 ediciones anónimas

Gendai Budō *Fuente:* <http://es.wikipedia.org/w/index.php?oldid=59309394> *Contribuyentes:* Aportador, Chs e, Dhidalgo, Ejmeza, Eloy, Elwikipedista, Emijrp, Nanovapor9, Pjimenez, Sabbut, SpiralOutSp, Taichi, 33 ediciones anónimas

Kendō *Fuente:* <http://es.wikipedia.org/w/index.php?oldid=59301500> *Contribuyentes:* Abislo, Andreasmeru, Bambu, BetoCG, Carcediano, Cinabrium, Claudio Elias, Cosmopolitasur, Damifb, Dionisio, Dodo, Eloy, Elwikipedista, Ensada, Grim J.r., Grizzly Sigma, Gromenawer, Inakivk, Inari, Isha, John rae, Julian.D, Kendoar, Kendomari 10, Khosu, Kukisinden, LKSR, Mafores, Matdrones, Mhernandez, Murphy era un optimista, Mussapp, Omenda, Pati, Pjimenez, Riguperto, Rutrus, Røge, Sabbut, Sensei 0208, Shobushin, Sms, Sophos, SpeedyGonzalez, SpiralOutSp, Tony Rotondas, Vidar, Xabier, Zevlag, ZippoLag, 193 ediciones anónimas

Zafu *Fuente:* <http://es.wikipedia.org/w/index.php?oldid=58757066> *Contribuyentes:* Dhidalgo, Ignacio Icke, M0m0, Rosarinagazo, 10 ediciones anónimas

Taoísmo *Fuente:* <http://es.wikipedia.org/w/index.php?oldid=59431600> *Contribuyentes:* José, 672, Abece, Adan1987, Afragala, Alfyl, Amanuense, Antur, Aparejador, Balderai, Bambu, Bernini2, Bluaamant, Cheveri, Cinabrium, Cookie, Copydays, Cortocircuito, Cratón, Davm, Der Künstler, Dhidalgo, Dibujon, Diegusjaimes, Dodo, Draxtreme, Ecelan, Edescas, Egaida, Elliniká, Ensada, Eternal light, Eññe, Folkvanger, FrancoGG, Frankieus, Gelo71, Gemini 1980, Ggenellina, Ginés90, Gothmog, HUB, Hakratyllatan Ñuewè Khýjuvetokghu, Heliovak, Jarisleif, Jdomingos, Jewbask, Jkbw, JoSongoku, JorgeGG, Jorunn, Josell2, Julie, Kabri, Kismalac, Kokin, Kusach, Laura Fiorucci, LeCire, Leugim1972, Loco085, Loladiez, Lucifer2000, Luis Felipe Schenone, Manuelt15, Manwë, Maranzanapm, Martinwilke1980, Masacroso, Mjoseph, Moriel, Mr. X, NeVic, Netito777, Nihilo, Opus88888, Papalachino, Papefons, Paz.ar, PepeGalindo, Pera6, Pit, Predalien Runner, Redeneator, Restu20, Rigel.j, Rosarino, RoyFocker, Salvador alc, Sanbec, Shooke, Since, Spockdg, Tano4595, Technopat, Troels Nybo, Varano, Willtron, Wong Yu Lian, Xabier, XalD, Yrithinnd, Zanaqo, 279 ediciones anónimas

Sōtō *Fuente:* <http://es.wikipedia.org/w/index.php?oldid=58452497> *Contribuyentes:* 672, Delphidius, Dhidalgo, Ignacio Icke, M0m0, Røge, Xabier, Zensui, 8 ediciones anónimas

Qi *Fuente:* <http://es.wikipedia.org/w/index.php?oldid=59006683> *Contribuyentes:* AVIADOR, Abece, Alejandrosanchez, Alexav8, Analiza, Bambu, Bernini2, Biasoli, Bucho, Cathlucky, ColdWind, Comae, Danubio, Davius, Delphidius, Dhidalgo, Diegusjaimes, Dodo, Dánier, EdmundFLoyd, Elduende, Elwikipedista, Ensada, Ernobe, Fernando Estel, Grillitus, GustaGK, Hansel Songlu1987, I Am Weasel, Jarisleif, Javierito92, Jdomingos, JoSongoku, Joseaperez, Knopfkind, LP, Laura Fiorucci, Lmikonos, Lon Abirisain, Manu85, Matdrones, Mcetina, Mhernandez2, Mjoseph, Moriel, Mr. Moonlight, Pablo323, Patricio rey, Platonides, Psittakos, Sabbut, Serglo, Shobushin, Sophos, Tano4595, Taragui, Trujaman, Tsuba, Utnapishtim, Varano, Ixvar, 93 ediciones anónimas

Keisaku *Fuente:* <http://es.wikipedia.org/w/index.php?oldid=56861084> *Contribuyentes:* Dhidalgo, Røge, 1 ediciones anónimas

Sumi-e *Fuente:* <http://es.wikipedia.org/w/index.php?oldid=56243382> *Contribuyentes:* 672, Cookie, Dalobuca, Epinheiro, European Bugei Society, KErosEnE, Mata82, Matdrones, Taichi, Taty2007, Xabier, 9 ediciones anónimas

Ikebana *Fuente:* <http://es.wikipedia.org/w/index.php?oldid=58764272> *Contribuyentes:* -antonio-, 4lex, Airunp, Aryadeva, Ashot Gabrielyan, Awien, Blossom83, Cantero, Fak119, Gmelean, Gusgus, HUB, Itoxi, Matdrones, Mikibc, Nami, Qoan, Raimundo Pastor, Røge, Sabbut, Sertrevel, Superpol87, Taichi, UrsusDoll, Xabier, 38 ediciones anónimas

Shodō *Fuente:* <http://es.wikipedia.org/w/index.php?oldid=52199248> *Contribuyentes:* Cookie, Dhidalgo, Fadesga, Gallowolf, Gussisaurio, Itoxi, KnightRider, Matdrones, Ncc1701zzz, Pchiarpenello, Pedrojs, Røge, Taichi, Taragui, 20 ediciones anónimas

Nō *Fuente:* <http://es.wikipedia.org/w/index.php?oldid=57356012> *Contribuyentes:* Altorrijos, Arahamar, Ascánder, Belb, Doctor seisdodos, Elcabalodeatila, Jkbw, Jynus, Macarrones, Martínhache, Metronomo, Montehermoso-spain, RoRo, Rupert de hentzau, Røge, Sabbut, SarahStierch, Sasquatch21, Taichi, Xabier, Zimi.ily, 26 ediciones anónimas

Posición de Ioto *Fuente:* <http://es.wikipedia.org/w/index.php?oldid=57354148> *Contribuyentes:* Angel GN, CommonsDelinker, Darolu, Dhidalgo, Ensada, JViejo, Mercenario97, Nicop, Rosarino, Tanumanasi, Xabier, 4 ediciones anónimas

Dōgen *Fuente:* <http://es.wikipedia.org/w/index.php?oldid=54674927> *Contribuyentes:* A ver, Airunp, Cookie, Dianai, Halcón, Loladiez, M0m0, Munashii, Rsg, Subitosea, Taichi, Varano, Xabier, 7 ediciones anónimas

Daisetsu Teitaro Suzuki *Fuente:* <http://es.wikipedia.org/w/index.php?oldid=55826064> *Contribuyentes:* Bambu, Carmen torres valdés, CommonsDelinker, Diegusjaimes, Fadesga, Gaijin, Loladiez, Mhernandez2, Nihilo, Røge, Tano4595, Xabier, 19 ediciones anónimas

Taisen Deshimaru *Fuente:* <http://es.wikipedia.org/w/index.php?oldid=58471147> *Contribuyentes:* Atahualpa1492, CosacoM, Delphidius, Humberto, Lucien leGrey, M0m0, Røge, Sanghalatina, Varano, Xabier, 12 ediciones anónimas

Fuentes de imagen, Licencias y contribuyentes

Archivo:Seokguram Buddha.JPG *Fuente:* http://es.wikipedia.org/w/index.php?title=Archivo:Seokguram_Buddha.JPG *Licencia:* GNU Free Documentation License *Contribuyentes:* Richardfabi

Archivo:VajraMudra.JPG *Fuente:* <http://es.wikipedia.org/w/index.php?title=Archivo:VajraMudra.JPG> *Licencia:* GNU Free Documentation License *Contribuyentes:* Chaoborus, Davin7, Gryffindor, HenkvD, Nataraja

Archivo:Buddha-Footprint.jpeg *Fuente:* <http://es.wikipedia.org/w/index.php?title=Archivo:Buddha-Footprint.jpeg> *Licencia:* Public domain *Contribuyentes:* Beta m common, Conscious, Look2See1, Shoulder-synth, Tintazul, Wst, 1 ediciones anónimas

Archivo:Gandhara Buddha (tnm).jpeg *Fuente:* [http://es.wikipedia.org/w/index.php?title=Archivo:Gandhara_Buddha_\(tnm\).jpeg](http://es.wikipedia.org/w/index.php?title=Archivo:Gandhara_Buddha_(tnm).jpeg) *Licencia:* Public domain *Contribuyentes:* User:World Imaging

Archivo:BuddhaHead.JPG *Fuente:* <http://es.wikipedia.org/w/index.php?title=Archivo:BuddhaHead.JPG> *Licencia:* Public Domain *Contribuyentes:* Phg

Archivo:Commons-logo.svg *Fuente:* <http://es.wikipedia.org/w/index.php?title=Archivo:Commons-logo.svg> *Licencia:* logo *Contribuyentes:* SVG version was created by User:Grunt and cleaned up by 3247, based on the earlier PNG version, created by Reidab.

Archivo:Wikisource-logo.svg *Fuente:* <http://es.wikipedia.org/w/index.php?title=Archivo:Wikisource-logo.svg> *Licencia:* logo *Contribuyentes:* Nicholas Moreau

Archivo:Spanish Wikiquote.SVG *Fuente:* http://es.wikipedia.org/w/index.php?title=Archivo:Spanish_Wikiquote.SVG *Licencia:* logo *Contribuyentes:* James.mcd.nz

Archivo:Dharma Wheel.svg *Fuente:* http://es.wikipedia.org/w/index.php?title=Archivo:Dharma_Wheel.svg *Licencia:* Creative Commons Attribution-ShareAlike 3.0 Unported *Contribuyentes:* user:Esteban.barahona, user:Shazz

Archivo:Flag of India.svg *Fuente:* http://es.wikipedia.org/w/index.php?title=Archivo:Flag_of_India.svg *Licencia:* Public Domain *Contribuyentes:* User:SKopp

Archivo:Flag of Nepal (with spacing).svg *Fuente:* [http://es.wikipedia.org/w/index.php?title=Archivo:Flag_of_Nepal_\(with_spacing\).svg](http://es.wikipedia.org/w/index.php?title=Archivo:Flag_of_Nepal_(with_spacing).svg) *Licencia:* Public domain *Contribuyentes:* Farino. Original uploader was Farino at de.wikipedia

Archivo:Flag of the People's Republic of China.svg *Fuente:* http://es.wikipedia.org/w/index.php?title=Archivo:Flag_of_the_People's_Republic_of_China.svg *Licencia:* Public Domain *Contribuyentes:* Drawn by User:SKopp, redrawn by User:Denelson83 and User:Zscout370 Recode by cs:User:-xfi- (code), User:Shizhao (colors)

Archivo:Boudha.jpg *Fuente:* <http://es.wikipedia.org/w/index.php?title=Archivo:Boudha.jpg> *Licencia:* Creative Commons Attribution-Sharealike 2.5 *Contribuyentes:* ComputerHotline, Goldfritha, Millevache, Patricia.fidi, Podzemnik, Ranveig, 1 ediciones anónimas

Archivo:Nelumno nucifera open flower - botanic garden adelaide2.jpg *Fuente:* http://es.wikipedia.org/w/index.php?title=Archivo:Nelumno_nucifera_open_flower_-_botanic_garden_adelaide2.jpg *Licencia:* Creative Commons Attribution-Share Alike *Contribuyentes:* Peripitus

Archivo:Young monks of Drepung.jpg *Fuente:* http://es.wikipedia.org/w/index.php?title=Archivo:Young_monks_of_Drepung.jpg *Licencia:* Creative Commons Attribution-Sharealike 2.0 *Contribuyentes:* onwardtibet.org

Archivo:Buddhist population numbers.png *Fuente:* http://es.wikipedia.org/w/index.php?title=Archivo:Buddhist_population_numbers.png *Licencia:* Public Domain *Contribuyentes:* Nyo

Archivo:Singapore-BuddhistTemple.jpg *Fuente:* <http://es.wikipedia.org/w/index.php?title=Archivo:Singapore-BuddhistTemple.jpg> *Licencia:* Creative Commons Attribution-Sharealike 3.0 *Contribuyentes:* Jorge.maturana

Archivo:BuddhisticStatuesHKe1 flipped horizontally.jpg *Fuente:* http://es.wikipedia.org/w/index.php?title=Archivo:BuddhisticStatuesHKe1_flipped_horizontally.jpg *Licencia:* GNU Free Documentation License *Contribuyentes:* Original photograph taken by [User:AngMoKio]; edited by [Olegivvit] and [Sandrog]

Archivo:Pipal.jpg *Fuente:* <http://es.wikipedia.org/w/index.php?title=Archivo:Pipal.jpg> *Licencia:* GNU Free Documentation License *Contribuyentes:* Nataraja at fr.wikipedia

Archivo:Wikinews-logo.svg *Fuente:* <http://es.wikipedia.org/w/index.php?title=Archivo:Wikinews-logo.svg> *Licencia:* logo *Contribuyentes:* Vectorized by Simon 01:05, 2 August 2006 (UTC) Updated by Time3000 17 April 2007 to use official Wikinews colours and appear correctly on dark backgrounds. Originally uploaded by Simon.

Archivo:Buddha sunset crop.jpg *Fuente:* http://es.wikipedia.org/w/index.php?title=Archivo:Buddha_sunset_crop.jpg *Licencia:* Creative Commons Attribution 2.0 *Contribuyentes:* BPG, Millevache, Plrk, Shinka, Takeaway, Xiangyod, 1 ediciones anónimas

Archivo:Indischer Maler um 1750 (I) 001.jpg *Fuente:* [http://es.wikipedia.org/w/index.php?title=Archivo:Indischer_Maler_um_1750_\(I\)_001.jpg](http://es.wikipedia.org/w/index.php?title=Archivo:Indischer_Maler_um_1750_(I)_001.jpg) *Licencia:* Public Domain *Contribuyentes:* AndreasPraefcke, TwoWings

Archivo:Aumnamasivaya.gif *Fuente:* <http://es.wikipedia.org/w/index.php?title=Archivo:Aumnamasivaya.gif> *Licencia:* Public Domain *Contribuyentes:* Davin7, Joey-das-WBF, Mtt, OsamaK, Roland zh, Thylacine222, Tomchiukc, Wilfredor, 1 ediciones anónimas

Archivo:Meditación 0.jpg *Fuente:* http://es.wikipedia.org/w/index.php?title=Archivo:Meditación_0.jpg *Licencia:* Creative Commons Attribution-ShareAlike 3.0 Unported *Contribuyentes:* jose maldonado

Archivo:The_wheel_of_life_Trongsa_dzong.jpg *Fuente:* http://es.wikipedia.org/w/index.php?title=Archivo:The_wheel_of_life_Trongsa_dzong.jpg *Licencia:* Creative Commons Attribution-ShareAlike 3.0 Unported *Contribuyentes:* Stephen Shephard

Archivo:Samurai with sword.jpg *Fuente:* http://es.wikipedia.org/w/index.php?title=Archivo:Samurai_with_sword.jpg *Licencia:* Public Domain *Contribuyentes:* Berrucomons, Brandmeister, Calliopejen1, Foroa, JMCC1, Ladsgroup, Lycakon, Samuriantiqueworld, Shizhao, Sushiya, Svajcr, Thib Phil, WhisperToMe, Yann, 1 ediciones anónimas

Archivo:Gati or existences.jpg *Fuente:* http://es.wikipedia.org/w/index.php?title=Archivo:Gati_or_existences.jpg *Licencia:* Public Domain *Contribuyentes:* Shree Diwakar Prakashan (Owner Mr. Sanjay Surana) (Website:<http://www.jainbooks.in>)

Archivo:Mahayanabuddha.jpg *Fuente:* <http://es.wikipedia.org/w/index.php?title=Archivo:Mahayanabuddha.jpg> *Licencia:* Creative Commons Attribution 2.0 *Contribuyentes:* User:Rosemania

Archivo:Mahaviras Nirvana from Kalpasutra.jpg *Fuente:* http://es.wikipedia.org/w/index.php?title=Archivo:Mahaviras_Nirvana_from_Kalpasutra.jpg *Licencia:* Public Domain *Contribuyentes:* Anishshah19

Archivo:Reincarnation AS.jpg *Fuente:* http://es.wikipedia.org/w/index.php?title=Archivo:Reincarnation_AS.jpg *Licencia:* Creative Commons Attribution-Sharealike 2.5 *Contribuyentes:* Anantashakti, Ksd5, Ranveig, Roland zh, 1 ediciones anónimas

Archivo:Tipitaka scripture.jpg *Fuente:* http://es.wikipedia.org/w/index.php?title=Archivo:Tipitaka_scripture.jpg *Licencia:* Creative Commons Attribution-Sharealike 2.5 *Contribuyentes:* Bohème, DhJ, Takeaway

Archivo:Devimahatmya Sanskrit MS Nepal 11c.jpg *Fuente:* http://es.wikipedia.org/w/index.php?title=Archivo:Devimahatmya_Sanskrit_MS_Nepal_11c.jpg *Licencia:* Public Domain *Contribuyentes:* Abhishekjoshi, Ecelan, Hämörger, KTo288, Till.niermann

Archivo:Phrase sanskrite.png *Fuente:* http://es.wikipedia.org/w/index.php?title=Archivo:Phrase_sanskrite.png *Licencia:* GNU Free Documentation License *Contribuyentes:* Deeptrivia, Ske

Archivo:Ranakpur Jain-Tempel Ornament.jpg *Fuente:* http://es.wikipedia.org/w/index.php?title=Archivo:Ranakpur_Jain-Tempel_Ornament.jpg *Licencia:* Creative Commons Attribution-ShareAlike 3.0 Unported *Contribuyentes:* user:Flicka

Archivo:Jain hand.svg *Fuente:* http://es.wikipedia.org/w/index.php?title=Archivo:Jain_hand.svg *Licencia:* Public Domain *Contribuyentes:* Elembis

Archivo:Ranakpur-temple.jpg *Fuente:* <http://es.wikipedia.org/w/index.php?title=Archivo:Ranakpur-temple.jpg> *Licencia:* Creative Commons Attribution-Sharealike 2.5 *Contribuyentes:* nomo/michael.hoefner <http://www.zwo5.de>

Archivo:Kalpa sutra-Jina's mother dreams c1465.jpg *Fuente:* http://es.wikipedia.org/w/index.php?title=Archivo:Kalpa_sutra-Jina's_mother_dreams_c1465.jpg *Licencia:* Public Domain *Contribuyentes:* Ekabhishek, Ranveig, Roland zh, Shakk0

Archivo:Acharya5.jpg *Fuente:* <http://es.wikipedia.org/w/index.php?title=Archivo:Acharya5.jpg> *Licencia:* Creative Commons Attribution-Sharealike 3.0 *Contribuyentes:* Dayodaya

Archivo:Jain Sthanakvasi monk.jpg *Fuente:* http://es.wikipedia.org/w/index.php?title=Archivo:Jain_Sthanakvasi_monk.jpg *Licencia:* Public Domain *Contribuyentes:* Shree Diwakar Prakashan (Owner Mr. Sanjay Surana) (Website:<http://www.jainbooks.in>)

Archivo:Ranakpur2.jpg *Fuente:* <http://es.wikipedia.org/w/index.php?title=Archivo:Ranakpur2.jpg> *Licencia:* Creative Commons Attribution-Sharealike 2.5 *Contribuyentes:* Bilou, Darkoneko, FSII, JMCC1, Loveless, Psychofarm, Ranveig, Roland zh

Archivo:BuddhistTriad.JPG *Fuente:* <http://es.wikipedia.org/w/index.php?title=Archivo:BuddhistTriad.JPG> *Licencia:* Creative Commons Attribution-ShareAlike 3.0 Unported *Contribuyentes:* Kilom691, Vassil, World Imaging, 2 ediciones anónimas

Archivo:Japa mala (prayer beads) of Tulasi wood with 108 beads - 20040101-01.jpg *Fuente:* [http://es.wikipedia.org/w/index.php?title=Archivo:Japa_mala_\(prayer_beads\)_of_Tulasi_wood_with_108_beads_-_20040101-01.jpg](http://es.wikipedia.org/w/index.php?title=Archivo:Japa_mala_(prayer_beads)_of_Tulasi_wood_with_108_beads_-_20040101-01.jpg) *Licencia:* Creative Commons Attribution-Sharealike 2.5

Contribuyentes: .

Archivo:Dharmacakra.svg *Fuente:* <http://es.wikipedia.org/w/index.php?title=Archivo:Dharmacakra.svg> *Licencia:* Public Domain *Contribuyentes:* Amakukha, BrokenSphere, Crochet.david, Kilom691, Liebeskind, Sarang

Archivo:Danjogaran Koyasan12n3200.jpg *Fuente:* http://es.wikipedia.org/w/index.php?title=Archivo:Danjogaran_Koyasan12n3200.jpg *Licencia:* Creative Commons Attribution-ShareAlike 3.0 Unported *Contribuyentes:* 663highland

Archivo:DaigojiBentendo3224.jpg *Fuente:* <http://es.wikipedia.org/w/index.php?title=Archivo:DaigojiBentendo3224.jpg> *Licencia:* Public Domain *Contribuyentes:* Araisyohei, Fg2, FoeNyx, Foroa, Haragayato, 1 ediciones anónimas

Archivo:Barlaam y Josafat.jpg *Fuente:* http://es.wikipedia.org/w/index.php?title=Archivo:Barlaam_y_Josafat.jpg *Licencia:* Public Domain *Contribuyentes:* Anónimo

Archivo:Josaphat.jpg *Fuente:* <http://es.wikipedia.org/w/index.php?title=Archivo:Josaphat.jpg> *Licencia:* Public Domain *Contribuyentes:* Enzian44, Evrik, NVO, Redtigerxyz, Roland zh, World Imaging, 3 ediciones anónimas

Archivo:Buddha_recliningwsuthat.jpg *Fuente:* http://es.wikipedia.org/w/index.php?title=Archivo:Buddha_recliningwsuthat.jpg *Licencia:* Creative Commons Attribution 2.0 *Contribuyentes:* Fotograf / Photographer: Heinrich Damm (User:Hdamm, Hdamm at de.wikipedia.org)

Archivo:StandingBuddha.jpg *Fuente:* <http://es.wikipedia.org/w/index.php?title=Archivo:StandingBuddha.jpg> *Licencia:* Public Domain *Contribuyentes:* Bukk, Eug, Gryffindor, Kilom691, Officer, Paddy, Quadell, Ranveig, Samulili, Siebrand, Tsui, Vassil, 1 ediciones anónimas

Archivo:TodaijiDaibutsu0224.jpg *Fuente:* <http://es.wikipedia.org/w/index.php?title=Archivo:TodaijiDaibutsu0224.jpg> *Licencia:* Public Domain *Contribuyentes:* 663highland, Amcaja, Aphaia, Fg2, Geofrog, Haragayato, Kevyn, LERK, Paddy, Tsui, Urashimataro

Archivo:Nara daibutsu.jpg *Fuente:* http://es.wikipedia.org/w/index.php?title=Archivo:Nara_daibutsu.jpg *Licencia:* Public Domain *Contribuyentes:* Ignacio Icke, Jamin, Xiangyod

Archivo:Status of Kuan Yin.jpg *Fuente:* http://es.wikipedia.org/w/index.php?title=Archivo:Status_of_Kuan_Yin.jpg *Licencia:* GNU Free Documentation License *Contribuyentes:* BrokenSphere, Cold Season, HongQiGong, Isageum, Lilyu, Melanom, Mountain, Xenophon, Zolo, 4 ediciones anónimas

File:Guan yin 100.jpg *Fuente:* http://es.wikipedia.org/w/index.php?title=Archivo:Guan_yin_100.jpg *Licencia:* Creative Commons Attribution-Share Alike *Contribuyentes:* Javier Biedma
Archivo:The tallest statue of the goddess of kannon in japan.jpg *Fuente:* http://es.wikipedia.org/w/index.php?title=Archivo:The_tallest_statue_of_the_goddess_of_kannon_in_japan.jpg *Licencia:* Creative Commons Attribution 2.0 *Contribuyentes:* Amcaja, Aotake, FlickrLickr, FlickrreviewR, Jnn, Reggaeman, 掬茶, 2 ediciones anónimas

Archivo:Danielcraig1.jpg *Fuente:* <http://es.wikipedia.org/w/index.php?title=Archivo:Danielcraig1.jpg> *Licencia:* Creative Commons Attribution-Sharealike 2.0 *Contribuyentes:* danielcraig (a flickr user)

Archivo:Ushiku Daibutsu 2006.jpg *Fuente:* http://es.wikipedia.org/w/index.php?title=Archivo:Ushiku_Daibutsu_2006.jpg *Licencia:* Copyrighted free use *Contribuyentes:* photography by de:Benutzer:Manja

Archivo:SamantabhadraSamantabhadri.jpg *Fuente:* <http://es.wikipedia.org/w/index.php?title=Archivo:SamantabhadraSamantabhadri.jpg> *Licencia:* Public Domain *Contribuyentes:* User:Secretlondon

Archivo:18th century Eastern Tibetan Thanka, with the Green Tara (Samaya Tara Yogini) in the center and the Blue, Red, White and Yellow taras in the corners, Rubin Museum of Art.jpg *Fuente:* [http://es.wikipedia.org/w/index.php?title=Archivo:18th_century_Eastern_Tibetan_Thanka,_with_the_Green_Tara_\(Samaya_Tara_Yogini\)_in_the_center_and_the_Blue_Red_White_and_Yellow_taras_in_the_corners,_R](http://es.wikipedia.org/w/index.php?title=Archivo:18th_century_Eastern_Tibetan_Thanka,_with_the_Green_Tara_(Samaya_Tara_Yogini)_in_the_center_and_the_Blue_Red_White_and_Yellow_taras_in_the_corners,_R)

Licencia: Public Domain *Contribuyentes:* Daderot, Foroa, Podzemnik, PrattJPE, Wmpearl, Wohlem

Archivo:Avalokitesvara Plaosan.jpg *Fuente:* http://es.wikipedia.org/w/index.php?title=Archivo:Avalokitesvara_Plaosan.jpg *Licencia:* GNU Free Documentation License *Contribuyentes:* Original uploader was Gunawan Kartapranata at en.wikipedia

Archivo:Avalokitesvara.jpg *Fuente:* <http://es.wikipedia.org/w/index.php?title=Archivo:Avalokitesvara.jpg> *Licencia:* Creative Commons Attribution-ShareAlike 3.0 Unported *Contribuyentes:* Aotake, Calton, HongQiGong, Jmabel, Nat Krause, Smartneddy, 2 ediciones anónimas

Archivo:Vishnu and Lakshmi on Shesha Naga, ca 1870.jpg *Fuente:* http://es.wikipedia.org/w/index.php?title=Archivo:Vishnu_and_Lakshmi_on_Shesha_Naga_ca_1870.jpg *Licencia:* Public Domain *Contribuyentes:* Aavindraa, Abhishekjoshi, Captainofhope, Mattes, Myself488, Ranveig, Redtigerxyz, 2 ediciones anónimas

Archivo:Laonaga.jpg *Fuente:* <http://es.wikipedia.org/w/index.php?title=Archivo:Laonaga.jpg> *Licencia:* Public Domain *Contribuyentes:* Adam Carr

Archivo:Lingam.jpg *Fuente:* <http://es.wikipedia.org/w/index.php?title=Archivo:Lingam.jpg> *Licencia:* GNU Free Documentation License *Contribuyentes:* Original uploader was Nataraja at fr.wikipedia

Archivo:Patanjali.jpg *Fuente:* <http://es.wikipedia.org/w/index.php?title=Archivo:Patanjali.jpg> *Licencia:* GNU Free Documentation License *Contribuyentes:* en:Rpba

Archivo:Indischer Maler um 1640 001.jpg *Fuente:* http://es.wikipedia.org/w/index.php?title=Archivo:Indischer_Maler_um_1640_001.jpg *Licencia:* Public Domain *Contribuyentes:* Ekabhishek, Redtigerxyz, Roland zh, Shreevatsa, Wolfmann, 3 ediciones anónimas

Archivo:Buddha with Naga (snake).jpg *Fuente:* [http://es.wikipedia.org/w/index.php?title=Archivo:Buddha_with_Naga_\(snake\).jpg](http://es.wikipedia.org/w/index.php?title=Archivo:Buddha_with_Naga_(snake).jpg) *Licencia:* Creative Commons Attribution-ShareAlike 3.0 Unported *Contribuyentes:* myself

Archivo:Mahabodhitree.jpg *Fuente:* <http://es.wikipedia.org/w/index.php?title=Archivo:Mahabodhitree.jpg> *Licencia:* Public Domain *Contribuyentes:* William Pfeifer

Archivo:A small temple beneath the Bodhi tree, Bodh Gaya, c. 1810.jpg *Fuente:* http://es.wikipedia.org/w/index.php?title=Archivo:A_small_temple_beneath_the_Bodhi_tree,_Bodh_Gaya,_c._1810.jpg *Licencia:* Public Domain *Contribuyentes:* Abhishekjoshi, Gryffindor, Quibik, Roland zh

Archivo:Ss460-319-070-Buddha2-1.jpg *Fuente:* <http://es.wikipedia.org/w/index.php?title=Archivo:Ss460-319-070-Buddha2-1.jpg> *Licencia:* Public Domain *Contribuyentes:* Impro, Jurema Oliveira, Paddy, Ranveig, Smuconlaw

Archivo:Chakras.jpg *Fuente:* <http://es.wikipedia.org/w/index.php?title=Archivo:Chakras.jpg> *Licencia:* Public Domain *Contribuyentes:* User:Immanuel Giel

Archivo:Nichirendishonin.gif *Fuente:* <http://es.wikipedia.org/w/index.php?title=Archivo:Nichirendishonin.gif> *Licencia:* Public Domain *Contribuyentes:* Emiel, R-41, 唄方, 1 ediciones anónimas

Archivo:Aum.svg *Fuente:* <http://es.wikipedia.org/w/index.php?title=Archivo:Aum.svg> *Licencia:* Public Domain *Contribuyentes:* Davin7, Durga, Exact, Körnerbrötchen, Luckas Blade, Markuba54, Melian, Umbreon126, VIGNERON, W!B:, Wilfredor, ゆいしあす, 5 ediciones anónimas

Archivo:Lankavatara.jpg *Fuente:* <http://es.wikipedia.org/w/index.php?title=Archivo:Lankavatara.jpg> *Licencia:* Public Domain *Contribuyentes:* Miuki, 2 ediciones anónimas

Archivo:Jingangjing.gif *Fuente:* <http://es.wikipedia.org/w/index.php?title=Archivo:Jingangjing.gif> *Licencia:* Public Domain *Contribuyentes:* Garabombo, KTo288, Nat Krause, Shizhao, Storkk, 2 ediciones anónimas

Archivo:BodhidharmaYoshitoshi1887.jpg *Fuente:* <http://es.wikipedia.org/w/index.php?title=Archivo:BodhidharmaYoshitoshi1887.jpg> *Licencia:* Public Domain *Contribuyentes:* YoshitoshiTsukioka Yoshitoshi (1839-1892)

Archivo:Shaolin statue.jpg *Fuente:* http://es.wikipedia.org/w/index.php?title=Archivo:Shaolin_statue.jpg *Licencia:* GNU Free Documentation License *Contribuyentes:* Bestiasonica, Joseolgon, Robin Chen

Archivo:200511241132853652 Chinul.jpg *Fuente:* http://es.wikipedia.org/w/index.php?title=Archivo:200511241132853652_Chinul.jpg *Licencia:* Public Domain *Contribuyentes:* Dohaeng, Mind meal

Archivo:Bodhidharma.JPG *Fuente:* <http://es.wikipedia.org/w/index.php?title=Archivo:Bodhidharma.JPG> *Licencia:* Public Domain *Contribuyentes:* Miuki, Nat Krause, 2 ediciones anónimas

Archivo:Yunmen.gif *Fuente:* <http://es.wikipedia.org/w/index.php?title=Archivo:Yunmen.gif> *Licencia:* Public Domain *Contribuyentes:* Kiyoweap, Mind meal, Nat Krause

Archivo:Kamakura Budda Daibutsu front 1885.jpg *Fuente:* http://es.wikipedia.org/w/index.php?title=Archivo:Kamakura_Budda_Daibutsu_front_1885.jpg *Licencia:* Creative Commons Attribution-Sharealike 2.5 *Contribuyentes:* Dirk Beyer

Archivo:Wu (negative).svg *Fuente:* [http://es.wikipedia.org/w/index.php?title=Archivo:Wu_\(negative\).svg](http://es.wikipedia.org/w/index.php?title=Archivo:Wu_(negative).svg) *Licencia:* Public Domain *Contribuyentes:* Aotake, Mind meal, Pmx, Pow(n,2), Sarang, Spool, Swift

Archivo:Buddha statue, Nha Trang.jpg *Fuente:* http://es.wikipedia.org/w/index.php?title=Archivo:Buddha_statue,_Nha_Trang.jpg *Licencia:* Creative Commons Attribution 2.0 *Contribuyentes:* Petr Ruzicka from Prague, CZ

Archivo:Komyozenji temple garden 1.JPG *Fuente:* http://es.wikipedia.org/w/index.php?title=Archivo:Komyozenji_temple_garden_1.JPG *Licencia:* GNU Free Documentation License *Contribuyentes:* 663highland, Aotake, Chris 73, Mind meal, Reggaeman

Archivo:RinzaiGigen.jpg *Fuente:* <http://es.wikipedia.org/w/index.php?title=Archivo:RinzaiGigen.jpg> *Licencia:* Public Domain *Contribuyentes:* 曾我蛇足 Soga Jasoku (fl. c. 1300)

Archivo:Eisai.jpg *Fuente:* <http://es.wikipedia.org/w/index.php?title=Archivo:Eisai.jpg> *Licencia:* Public Domain *Contribuyentes:* User PHG on en.wikipedia

Archivo:RyoanJi-Dry garden.jpg *Fuente:* http://es.wikipedia.org/w/index.php?title=Archivo:RyoanJi-Dry_garden.jpg *Licencia:* GNU Free Documentation License *Contribuyentes:* Stephane D'Alu

Archivo:Daitokuji-Zuihoin-Cross-M1836.jpg *Fuente:* <http://es.wikipedia.org/w/index.php?title=Archivo:Daitokuji-Zuihoin-Cross-M1836.jpg> *Licencia:* Public Domain *Contribuyentes:* Amcaja, Aotake, Fg2, Mkill, Reggaeman

Archivo:Tea ceremony performing 2.jpg *Fuente:* http://es.wikipedia.org/w/index.php?title=Archivo:Tea_ceremony_performing_2.jpg *Licencia:* GNU Free Documentation License *Contribuyentes:* EDUCA33E, Gveret Tereed, JackyR, Jordi coll costa, Ranveig, Shakko, Tsui, 丁, 1 ediciones anónimas

Archivo:Black Raku Tea Bowl.jpg *Fuente:* http://es.wikipedia.org/w/index.php?title=Archivo:Black_Raku_Tea_Bowl.jpg *Licencia:* GNU Free Documentation License *Contribuyentes:* User:Chris 73

File:Tea ceremony performing 1.jpg *Fuente:* http://es.wikipedia.org/w/index.php?title=Archivo:Tea_ceremony_performing_1.jpg *Licencia:* GNU Free Documentation License *Contribuyentes:* Original uploader was Sdalu at en.wikipedia

File:Kanō Osanobu 71 utaiawase.jpg *Fuente:* http://es.wikipedia.org/w/index.php?title=Archivo:Kanō_Osanobu_71_utaiaawase.jpg *Licencia:* Public Domain *Contribuyentes:* 狩野養信 · 雅信模写 Copied by Kanō Osanobu and Kanō Masanobu.The original work, which was also copied, was made in 1632.

Archivo:YosaBusonGrave.jpg *Fuente:* <http://es.wikipedia.org/w/index.php?title=Archivo:YosaBusonGrave.jpg> *Licencia:* Public domain *Contribuyentes:* en>User:Fg2

Archivo:Fengkan Hanshan and Shade Ueno Jakugen Triptych hanging scrolls coloe on silk.jpg *Fuente:* http://es.wikipedia.org/w/index.php?title=Archivo:Fengkan_Hanshan_and_Shade_Ueno_Jakugen_Triptych_hanging_scrolls_coloe_on_silk.jpg *Licencia:* Public Domain *Contribuyentes:* 上野若元 Ueno Jakugen

Archivo:Karatedo.svg *Fuente:* <http://es.wikipedia.org/w/index.php?title=Archivo:Karatedo.svg> *Licencia:* Creative Commons Attribution-Sharealike 3.0 *Contribuyentes:* Verlag Heiko Bittmann

Archivo:Funakoshi Makiwara.jpg *Fuente:* http://es.wikipedia.org/w/index.php?title=Archivo:Funakoshi_Makiwara.jpg *Licencia:* Public Domain *Contribuyentes:* Funakoshi Gichin

Archivo:Flag of Japan.svg *Fuente:* http://es.wikipedia.org/w/index.php?title=Archivo:Flag_of_Japan.svg *Licencia:* Public Domain *Contribuyentes:* Various

Archivo:Estilos y escuelas de Karate.jpg *Fuente:* http://es.wikipedia.org/w/index.php?title=Archivo:Estilos_y_escuelas_de_Karate.jpg *Licencia:* Creative Commons Attribution-Share Alike *Contribuyentes:* SAMURAIAXA

Archivo:Kyudo or the way of archery.jpg *Fuente:* http://es.wikipedia.org/w/index.php?title=Archivo:Kyudo_or_the_way_of_archery.jpg *Licencia:* Public Domain *Contribuyentes:* Sgt. Ethan E. Roche, Photo ID: 2006111752721, Submitting Unit: MCB Camp Butler

Archivo:Budo1.jpg *Fuente:* <http://es.wikipedia.org/w/index.php?title=Archivo:Budo1.jpg> *Licencia:* Public Domain *Contribuyentes:* Original uploader was Kosigrim at en.wikipedia

Archivo:Samurai.jpg *Fuente:* <http://es.wikipedia.org/w/index.php?title=Archivo:Samurai.jpg> *Licencia:* Public Domain *Contribuyentes:* Fg2, Foroa, Frank C. Müller, Geofrog, Gorgo, Infrogmation, JMCC1, Javierme, Kaba, Morio, Pinkville, Samuraiantiqueworld, ShNara, Suguri F, Svajcr, Svdmolen, Thib Phil, Wolfmann, 丁, 10 ediciones anónimas

Archivo:Aikido_Logo_Kanji.png *Fuente:* http://es.wikipedia.org/w/index.php?title=Archivo:Aikido_Logo_Kanji.png *Licencia:* Creative Commons Attribution-Sharealike 3.0 *Contribuyentes:* User:Aofvilla

Archivo:Morihei-Ueshiba.jpg *Fuente:* <http://es.wikipedia.org/w/index.php?title=Archivo:Morihei-Ueshiba.jpg> *Licencia:* Public Domain *Contribuyentes:* Morihei Ueshiba

Archivo:Aikido.jpg *Fuente:* <http://es.wikipedia.org/w/index.php?title=Archivo:Aikido.jpg> *Licencia:* GNU Free Documentation License *Contribuyentes:* Maksim, Nojhan, Yappakoredesho

Archivo:Ki obsolete.svg *Fuente:* http://es.wikipedia.org/w/index.php?title=Archivo:Ki_obsolete.svg *Licencia:* Public Domain *Contribuyentes:* chris 論

Archivo:G Blaize Koku Nague 2.JPG *Fuente:* http://es.wikipedia.org/w/index.php?title=Archivo:G_Blaize_Koku_Nague_2.JPG *Licencia:* GNU Free Documentation License *Contribuyentes:* AndreasPraefcke, Joan, Mu, Nojhan, Thuresson, Yappakoredesho

Archivo:Katanero AOFV dojo.jpg *Fuente:* http://es.wikipedia.org/w/index.php?title=Archivo:Katanero_AOFV_dojo.jpg *Licencia:* Creative Commons Attribution-Sharealike 3.0 *Contribuyentes:* User:Aofvilla

Archivo:Kendo.JPG *Fuente:* <http://es.wikipedia.org/w/index.php?title=Archivo:Kendo.JPG> *Licencia:* Creative Commons Attribution-Sharealike 3.0 *Contribuyentes:* Billinghamurst, Conscious, KTo288, LION, Samuraiantiqueworld, TommyBee

Archivo:FENCING AT AN AGRICULTURAL SCHOOL.jpg *Fuente:* http://es.wikipedia.org/w/index.php?title=Archivo:FENCING_AT_AN_AGRICULTURAL_SCHOOL.jpg *Licencia:* Public Domain *Contribuyentes:* Chris 73, Humboldt, LERK, Samuraiantiqueworld

Archivo:Kendo uniform parts.png *Fuente:* http://es.wikipedia.org/w/index.php?title=Archivo:Kendo_uniform_parts.png *Licencia:* Public Domain *Contribuyentes:* User:Ningyou

Image:Zafu2.jpg *Fuente:* <http://es.wikipedia.org/w/index.php?title=Archivo:Zafu2.jpg> *Licencia:* Public Domain *Contribuyentes:* Dontpanic (Dogcow on de.wikipedia)

Image:Zafu-soto-zen1024.JPG *Fuente:* <http://es.wikipedia.org/w/index.php?title=Archivo:Zafu-soto-zen1024.JPG> *Licencia:* Public Domain *Contribuyentes:* Kstigarbha

Archivo:Yin yang.svg *Fuente:* http://es.wikipedia.org/w/index.php?title=Archivo:Yin_yang.svg *Licencia:* Public Domain *Contribuyentes:* Gregory Maxwell

Archivo:Character dao.png *Fuente:* http://es.wikipedia.org/w/index.php?title=Archivo:Character_dao.png *Licencia:* Public Domain *Contribuyentes:* CommonsDelinker, Ktoetx, Maksim, Nyo, Red devil 666

Archivo:The Immortal Soul of the Taoist Adept.PNG *Fuente:* http://es.wikipedia.org/w/index.php?title=Archivo:The_Immortal_Soul_of_the_Taoist_Adept.PNG *Licencia:* Public Domain *Contribuyentes:* User:Nyo, User:Shizhao

Archivo:DogenP2.JPG *Fuente:* <http://es.wikipedia.org/w/index.php?title=Archivo:DogenP2.JPG> *Licencia:* Public Domain *Contribuyentes:* Mladifilozof

Archivo:Eiheiji gate.jpg *Fuente:* http://es.wikipedia.org/w/index.php?title=Archivo:Eiheiji_gate.jpg *Licencia:* Public Domain *Contribuyentes:* Supermidget

Archivo:Sojiji DaisoDo 02.jpg *Fuente:* http://es.wikipedia.org/w/index.php?title=Archivo:Sojiji-DaisoDo_02.jpg *Licencia:* Public Domain *Contribuyentes:* Pqks758

File:𠄎-bronze.svg *Fuente:* <http://es.wikipedia.org/w/index.php?title=Archivo:𠄎-bronze.svg> *Licencia:* desconocido *Contribuyentes:* Chanueting, Sarang

Archivo:Hu Yue Xian.jpg *Fuente:* http://es.wikipedia.org/w/index.php?title=Archivo:Hu_Yue_Xian.jpg *Licencia:* Creative Commons Attribution-ShareAlike 3.0 Unported *Contribuyentes:* Bostjan46, Mjoseph, TarcisioTS, 2 ediciones anónimas

Imagen:Keisaku1.jpg *Fuente:* <http://es.wikipedia.org/w/index.php?title=Archivo:Keisaku1.jpg> *Licencia:* Creative Commons Attribution-ShareAlike 3.0 Unported *Contribuyentes:* Gakuro, Podzemnik, Rama

Archivo:Pine Trees.jpg *Fuente:* http://es.wikipedia.org/w/index.php?title=Archivo:Pine_Trees.jpg *Licencia:* Public Domain *Contribuyentes:* I Veertje, Amcaja, Bamse, Binabik155, EDUCA33E, Gryffindor, Ikar.us, Kareha, Kevyn, Mindmatrix, Mutter Erde, Petrusbarbygere, Rekishi-JAPAN, Wst

Archivo:Ikebana Bunjin.jpg *Fuente:* http://es.wikipedia.org/w/index.php?title=Archivo:Ikebana_Bunjin.jpg *Licencia:* GNU Free Documentation License *Contribuyentes:* Hiroshi-br, Pixeltoo

Archivo:Paesaggio acquatico.JPG *Fuente:* http://es.wikipedia.org/w/index.php?title=Archivo:Paesaggio_acquatico.JPG *Licencia:* GNU Free Documentation License *Contribuyentes:* Ellywa, Hiroshi-br, 1 ediciones anónimas

Archivo:Sumie.jpg *Fuente:* <http://es.wikipedia.org/w/index.php?title=Archivo:Sumie.jpg> *Licencia:* Public Domain *Contribuyentes:* Coyau, Red devil 666, Rilegator, Sparkit, 1 ediciones anónimas

Archivo:Japanese calligraphy.jpg *Fuente:* http://es.wikipedia.org/w/index.php?title=Archivo:Japanese_calligraphy.jpg *Licencia:* Creative Commons Attribution 2.0 *Contribuyentes:* Amagase, FlickrLickr, FlickreviewR

Archivo:UNESCO logo.svg *Fuente:* http://es.wikipedia.org/w/index.php?title=Archivo:UNESCO_logo.svg *Licencia:* Public Domain *Contribuyentes:* Flag_of_UNESCO.svg: User:Madden derivative work: Beao

Archivo:UNESCO-ICH-blue.svg *Fuente:* <http://es.wikipedia.org/w/index.php?title=Archivo:UNESCO-ICH-blue.svg> *Licencia:* Trademarked *Contribuyentes:* UN

Archivo:Noh3.jpg *Fuente:* <http://es.wikipedia.org/w/index.php?title=Archivo:Noh3.jpg> *Licencia:* Public Domain *Contribuyentes:* Denniss, Fg2, Gryffindor, Jnn, Melanom, Mikomaid, OceanSound, Reggaeman, 1 ediciones anónimas

Archivo:Noh-stage.jpg *Fuente:* <http://es.wikipedia.org/w/index.php?title=Archivo:Noh-stage.jpg> *Licencia:* Public Domain *Contribuyentes:* Bokken, J o, Mattes, Reggaeman

Archivo:No stage.jpg *Fuente:* http://es.wikipedia.org/w/index.php?title=Archivo:No_stage.jpg *Licencia:* Creative Commons Attribution 2.0 *Contribuyentes:* Gryffindor, Melanom, Mikomaid, OceanSound, Ranveig, Sabunero

Archivo:Noh-Hayashi.png *Fuente:* <http://es.wikipedia.org/w/index.php?title=Archivo:Noh-Hayashi.png> *Licencia:* Creative Commons Attribution-ShareAlike 3.0 Unported *Contribuyentes:* Toto-tarou

Archivo:Masque-no-p1000705.jpg *Fuente:* <http://es.wikipedia.org/w/index.php?title=Archivo:Masque-no-p1000705.jpg> *Licencia:* Creative Commons Attribution-Sharealike 2.0 *Contribuyentes:* Rama

Archivo:The Childrens Museum of Indianapolis - "Ko-jo" Noh Theater mask.jpg *Fuente:*

[http://es.wikipedia.org/w/index.php?title=Archivo:The_Childrens_Museum_of_Indianapolis_-_\"Ko-jo\"_Noh_Theater_mask.jpg](http://es.wikipedia.org/w/index.php?title=Archivo:The_Childrens_Museum_of_Indianapolis_-_\) *Licencia:* desconocido *Contribuyentes:* HstryQT, SarahStierch

Archivo:Imperial Seal of Japan.svg *Fuente:* http://es.wikipedia.org/w/index.php?title=Archivo:Imperial_Seal_of_Japan.svg *Licencia:* desconocido *Contribuyentes:* User:Philip Nilsson

Archivo:Lahiri Mahasaya.jpg *Fuente:* http://es.wikipedia.org/w/index.php?title=Archivo:Lahiri_Mahasaya.jpg *Licencia:* Public Domain *Contribuyentes:* Davin7, Fernando S. Aldado, Inka, Roland zh, Rosarino, 1 ediciones anónimas

Archivo:Image-Pashupati.jpeg *Fuente:* <http://es.wikipedia.org/w/index.php?title=Archivo:Image-Pashupati.jpeg> *Licencia:* Public Domain *Contribuyentes:* Davin7, Durga, Joseph.R, Roland zh

Archivo:Dogen.jpg *Fuente:* <http://es.wikipedia.org/w/index.php?title=Archivo:Dogen.jpg> *Licencia:* Public Domain *Contribuyentes:* Shii

Archivo:Sbgzhonzan1.jpg *Fuente:* <http://es.wikipedia.org/w/index.php?title=Archivo:Sbgzhonzan1.jpg> *Licencia:* Public Domain *Contribuyentes:* Amcaja, Davin7, G.dallorto, Galagorn, Kenmayer, Kilom691

Licencia

Creative Commons Attribution-Share Alike 3.0 Unported
[//creativecommons.org/licenses/by-sa/3.0/](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/3.0/)
