MANGÚT
Conexões Gastronômicas

Sabores de lo sagrado: comida, ritual y comunidad en centros budistas de Argentina

Tastes of the Sacred: Food, Ritual, and Community in Buddhist Centers in Argentina

Sabores do Sagrado: Comida, Ritual e Comunidade em Centros Budistas na Argentina

DOI: https://doi.org/10.70051/mangt.v5i2.68251

Catón Eduardo Carini | catoncarini@yahoo.com.ar
https://orcid.org/0000-0003-3108-8183
Consejo Nacional de Investigaciones Científicas y Técnicas (CONICET), Argentina

Recebimento do artigo: 05-maio-2025
Aceite: 20-julho-2025

CARINI, C. E. Sabores de lo sagrado: comida, ritual y comunidad en centros budistas de Argentina. **Revista Mangút: Conexões Gastronômicas.** ISSN 2763-9029. Rio de Janeiro, v. 5, n.2, p. 147-164, out. 2025.

RESUMEN

Este artículo explora las prácticas alimentarias en centros budistas zen de Argentina, analizando su valor ritual, simbólico y comunitario. A partir de un enfoque etnográfico, se examinan aspectos como el rol del tenzo (encargado de la cocina), la preparación de la sopa guenmai y las ceremonias de comensalidad como el oryoki. Se destaca cómo la alimentación, más allá de su dimensión nutricional, actúa como tecnología espiritual que encarna valores zen como la atención plena, la moderación y la interdependencia. También se abordan las tensiones entre discursos éticos que promueven el vegetarianismo y prácticas concretas que incluyen carne y alcohol en contextos festivos. El estudio muestra cómo, en estos espacios, la comida funciona como un eje clave en la construcción de identidades religiosas, reforzando la vida comunitaria y articulando la relación entre lo sagrado y lo profano en el proceso de adaptación del budismo al contexto latinoamericano.

Palabras claves: Gastronomía; Budismo; Alimentación; Comensalidad; Ritual.

ABSTRACT

This article explores food practices in Zen Buddhist centers in Argentina, analyzing their ritual, symbolic, and communal significance. Based on an ethnographic approach, it examines elements such as the role of the tenzo (kitchen manager), the preparation of guenmai soup, and communal eating rituals like oryoki. The study highlights how food, beyond its nutritional function, operates as a spiritual technology that embodies Zen values such as mindfulness, moderation, and interdependence. It also addresses the tensions between ethical discourses promoting vegetarianism and concrete practices that include meat and alcohol during festive occasions. The research shows how, in these settings, food plays a key role in shaping religious identities, reinforcing community life, and articulating the relationship between the sacred and the profane in the process of adapting Buddhism to the Latin American context.

Keywords: Gastronomy; Buddhism; Food practices; Commensality; Ritual.

RESUMO

Este artigo explora as práticas alimentares em centros budistas zen na Argentina, analisando seu valor ritual, simbólico e comunitário. A partir de uma abordagem etnográfica, examina-se o papel do tenzo (responsável pela cozinha), a preparação da sopa guenmai e os rituais de comensalidade, como o oryoki. Destaca-se como a alimentação, além de sua dimensão nutricional, atua como uma tecnologia espiritual que incorpora valores zen como atenção plena, moderação e interdependência. Também são discutidas as tensões entre discursos éticos que promovem o vegetarianismo e práticas concretas que incluem carne e álcool em contextos festivos. O estudo mostra como, nesses espaços, a comida desempenha um papel central na construção de identidades religiosas, reforçando a vida comunitária e articulando a relação entre o sagrado e o profano no processo de adaptação do budismo ao contexto latino-americano.

Palavras-chaves: Gastronomia; Budismo; Práticas alimentares; Comensalidade; Ritual.

INTRODUCCIÓN

La alimentación constituye un fenómeno complejo y multidimensional que excede ampliamente su dimensión biológica o nutricional. Más allá de las respuestas adaptativas al entorno físico, esta implica una serie de clasificaciones simbólicas que estructuran el mundo social y configuran formas particulares de habitarlo. Así, este fenómeno se revela como un auténtico vehículo de sentido: ritual, símbolo y mecanismo de poder que articula identidades, jerarquías y normas culturales en toda sociedad.

A partir de estas consideraciones, este trabajo apunta a estudiar cómo se organiza la dinámica culinaria en los centros budistas zen argentinos, considerando los rituales, prácticas y simbolismos que la atraviesan. Se busca comprender la función que desempeñan los ejercicios de comensalidad en la vida comunitaria y su incidencia en la construcción de una identidad colectiva, así como identificar qué alimentos son considerados adecuados y cuáles son las razones que sustentan dichas valoraciones. Asimismo, se examina el modo en que las concepciones sobre el cuerpo y la subjetividad influyen en las elecciones alimentarias, y qué normas éticas regulan dichas prácticas.

El estudio también se orienta a indagar si es posible reconocer la existencia de un *habitus*[1] alimentario específicamente budista y a explorar el rol que la alimentación podría desempeñar como tecnología espiritual dirigida a la transformación subjetiva. Con este abordaje, la investigación busca contribuir al campo de la antropología de la alimentación en contextos religiosos y al análisis del proceso de reinvención del budismo en América Latina.

El corpus empírico sobre el cual se basa el trabajo proviene de una investigación etnográfica desarrollada en instituciones budistas argentinas de la tradición zen, e incluyó trabajo de campo con observación participante, entrevistas semiestructuradas e historias de vida. Tomamos como caso principal de análisis a la Sangha[2] Kosen, fundada por el maestro zen francés Stéphane Kosen Thibaut, discípulo y sucesor del reconocido maestro zen japonés Taisen Deshimaru[3] (1914-1982). La Sangha Kosen es una organización budista de alcance internacional, con numerosos centros distribuidos en distintas partes del mundo y una presencia ya consolidada en el territorio argentino. También realizamos trabajo de campo en otras instituciones budistas zen formadas en Argentina como Viento del Sur, liderada por el maestro chileno Daniel Terragno; Ermita de Paja, dirigida por el monje Jorge Bustamante; el centro Cambio Sutil, establecida por el fallecido maestro Seizan Feijoo, Serena Alegría, conducida por Ricardo Dokyu; y Nanzenji, encabezada por Aurora Oshiro, todos ellos de origen argentino (Carini, 2012, 2018).

Las dinámicas alimentarias de estas instituciones fueron observadas a lo largo de eventos de convivencia y práctica intensiva de meditación, tales como jornadas, *sesshines* (encuentros de convivencia y práctica de varios días), y campos de verano (retiros de un mes de

[1] Entendido como un sistema de disposiciones adquiridas por medio del aprendizaje implícito o explícito, que funciona como generador de categorías de percepción, evaluación, apreciación, y también como principios organizadores de la acción (Bourdieu, 2007).

[2] El término sánscrito "*sangha*" refiere a la comunidad de discípulos del Buda o de un maestro budista posterior.

[3] Deshimaru realizó una extensa labor misionera de difusión del zen en Europa desde fines de la década de 1960 hasta inicios de 1980. Fundó la Asociación Zen Internacional, ordenó como monjes y monjas a numerosos occidentales y escribió más de una docena de libros sobre el zen. La Sangha Kosen es una institución que se desprende de la Asociación Zen Internacional.

duración). Los participantes son, en su gran mayoría, argentinos sin ascendencia oriental, de clases media o alta, con un alto nivel de capital cultural. En general, reportan una trayectoria religiosa católica, heredada de sus familias, y un posterior tránsito por distintas religiones de raigambre oriental o por grupos vinculados al movimiento de la Nueva Era.

El artículo está organizado en seis secciones. La primera, realiza un breve recorrido teórico sobre la perspectiva antropológica acerca de la alimentación. La segunda, ofrece un panorama general sobre la importancia de la alimentación en el budismo. La tercera, analiza el valor ritual y simbólico del rol de quien prepara las comidas en un templo zen, con especial atención a uno de sus platos más representativos: la *guenmai.* La cuarta, se enfoca en las prácticas rituales de comensalidad durante los encuentros de meditación, particularmente en la ceremonia del *oryoki*, que regula el modo de consumir los alimentos. La quinta sección reflexiona sobre la alimentación como una práctica espiritual, entendida como una forma de trasladar la actitud meditativa y los valores del zen a la preparación y el consumo de los alimentos. Finalmente, la sexta parte examina la postura observada en el trabajo de campo frente al consumo de carne y alcohol, y cómo estos elementos simbolizan la integración entre lo sagrado y lo profano.

MIRADAS ANTROPOLÓGICAS SOBRE LA ALIMENTACIÓN

En el campo de la antropología, diversos autores, desde distintos enfoques teóricos, han abordado la alimentación como una práctica simbólica y estructurante de la vida social. Desde la perspectiva funcionalista, en su obra fundacional *Los argonautas del Pacífico Occidental* (1922), Malinowski sostiene que la preparación de alimentos constituye una institución cultural cuya importancia va más allá de la simple satisfacción de necesidades biológicas. Al transformar los recursos naturales en nutrientes asimilables, no solo se asegura la supervivencia, sino que, al mismo tiempo, permite organizar rituales de consumo compartido y el intercambio de víveres, lo que refuerza la cohesión y solidaridad comunitaria. Además, los modos de cocinar y los ingredientes cargan significados simbólicos que se inscriben en normas, tabúes y mitos, legitimando estructuras de poder y consolidando la identidad colectiva. Así, la cocina se configura como un mecanismo clave dentro del sistema social, que no solo atiende imperativos biológicos, sino que desempeña un papel crucial en el mantenimiento del orden colectivo y, por ende, de la cultura misma.

Desde una mirada estructuralista, Claude Lévi-Strauss muestra en *Lo crudo y lo cocido* (1968) que las técnicas culinarias —como la transformación de lo crudo en cocido— ponen al descubierto las categorías mentales con que cada sociedad organiza y clasifica su mundo. Para él, la cocina funciona como un lenguaje inconsciente que articula preferencias y contradicciones culturales, marcando el tránsito de lo natural a lo cultural. Asimismo, este autor enfatiza el carácter semiótico de los actos alimentarios: así como no hay cultura sin lenguaje, tampoco existe sociedad que, de una u otra forma, prescinda del acto de cocinar.

Desde el enfoque de la antropología simbólica, Mary Douglas (1921–2007) analizó la comida como un sistema de significados que expresa jerarquías, límites sociales y valores morales. Para ella, lo que se considera comestible o inapropiado no obedece a criterios objetivos, sino a un orden cultural que define lo puro y lo impuro, lo aceptable y lo peligroso. Tal como señala Jesús Contreras (2007), estas clasificaciones no solo organizan lo comestible y lo no comestible, sino que también establecen normas que regulan las relaciones sociales a

través de la comida, convirtiéndose así en un dispositivo de producción cultural. En este sentido, la alimentación opera como un lenguaje cargado de significados, en el que se expresan valores, jerarquías y distinciones simbólicas.

Desde la perspectiva de la antropología histórica y comparativa, Jack Goody (1919–2015) exploró las relaciones entre alimentación, escritura y clases sociales. En su obra *Cooking, Cuisine and Class* (1982), Goody destacó cómo la transmisión del saber culinario y la formalización de recetas están estrechamente vinculadas a las dinámicas de poder y control social. La alimentación, entonces, se convierte en un lenguaje a través del cual se reproducen estructuras sociales.

En definitiva, estos enfoques subrayan que la alimentación va mucho más allá de su mera función biológica: se configura como un entramado de prácticas rituales que marcan los hitos de la vida, como un sistema simbólico que codifica y transmite valores, creencias y memorias colectivas, y como un instrumento de poder y control social que define quién come qué, cuándo y con quién. A través de banquetes y festines se consolidan alianzas y se exhibe estatus; mediante tabúes y prohibiciones se delimitan fronteras morales y se refuerzan jerarquías; y gracias al acto cotidiano de compartir el alimento se construyen vínculos de pertenencia e intimidad.

Aplicado al ámbito religioso, este enfoque nos permite afirmar que las elecciones alimentarias —qué se come, cómo se prepara, en qué contexto se consume y con quién se comparte— son prácticas que no solo expresan la religión, sino que la producen activamente. Como sostienen Contreras y García (2005, p. 51):

> En todos los pueblos o culturas, las elecciones alimentarias están condicionadas (...) por un conjunto más o menos complejo y más o menos articulado de creencias religiosas, prohibiciones de diverso tipo y alcance, así como por concepciones dietéticas relativas a lo que es bueno y a lo que es malo para el cuerpo (y/o para el alma), para la salud (y/o para la santidad).

Estas prácticas alimentarias funcionan entonces como rituales cotidianos que vinculan lo corporal con lo espiritual y lo profano con lo sagrado. La dimensión colectiva de la comida también resulta central. El acto de compartir los alimentos —lo que se conoce como comensalidad— constituye una práctica fundamental en la conformación de identidades religiosas y comunitarias. No se trata solo de nutrirse, sino de establecer lazos afectivos, reforzar la pertenencia grupal y reproducir un determinado orden simbólico. En este sentido, como sostiene Claude Fischler (1995), el comer juntos es uno de los actos sociales más significativos, pues permite articular pertenencia, exclusión y diferenciación. Es por ello que, en muchos contextos religiosos, las particularidades alimentarias se convierten en marcadores clave de identidad, a través de los cuales se delimita al grupo frente a otros significativos.

Asimismo, como proponen Chagas *et al.* (2022), el estudio de las prácticas alimentarias en contextos religiosos ofrece una vía privilegiada para examinar las articulaciones entre cuerpo, materialidad y sacralidad. En este plano, los rituales alimentarios permiten explorar cómo se construye la experiencia religiosa a través de lo sensible, integrando la vida cotidiana con las reglas formales, los rituales establecidos y las jerarquías internas del grupo. Así, la alimentación no solo refleja una cosmovisión, sino que constituye un medio fundamental para habitarla y reproducirla en el tiempo (Harvey, 2015). Consideramos entonces que analizar lo que se come puede ser tan relevante como examinar lo que se cree, especialmente al intentar comprender las dinámicas sociales, culturales e identitarias de un grupo religioso.

LA ALIMENTACIÓN EN EL BUDISMO: CONSIDERACIONES GENERALES

Aunque comúnmente se asocia al budismo con prácticas como la meditación y el estudio intelectual, esta tradición religiosa abarca un abanico mucho más amplio de actividades. Entre ellas, se destacan aquellas vinculadas a la vida comunitaria, como las formas específicas de alimentación y las prácticas de comensalidad. Los maestros budistas no solo transmiten saberes orientados a formar comunidades centradas en prácticas espirituales particulares, sino también un conjunto de pautas que regulan y dan sentido a la cotidianidad compartida, incluyendo el acto de cocinar y consumir alimentos. Dentro del budismo, existen comidas y modos de preparación considerados propios, enmarcados en una organización ritual que estructura tanto la cocina como el momento de comer. A esto se suman valores éticos, principios morales y simbolismos transmitidos por las distintas tradiciones, que otorgan a la alimentación un lugar central dentro de la experiencia religiosa. En este sentido, el budismo puede entenderse como una vivencia multisensorial, en la cual la dimensión culinaria ocupa un rol clave.

En el marco del budismo temprano, según se desprende del *Canon Pali*[4], las prescripciones alimentarias se inscriben en una lógica ascética y disciplinaria, orientada al desapego de los placeres sensoriales y a la regulación del cuerpo como medio para el desarrollo espiritual. La ingesta de alimentos no constituye un fin en sí mismo, sino una necesidad fisiológica que debe ser satisfecha con gratitud y atención plena. El *Canon Pali* establece que los monjes y monjas deben abstenerse de comer después del mediodía, limitando su alimentación al lapso comprendido entre el amanecer y las doce del mediodía, en consonancia con el ideal de moderación que guía la vida monástica.

Por otra parte, el sistema de recolección de alimentos mediante la ronda de limosna refleja la interdependencia estructural entre la *sangha* monástica y la comunidad laica, consolidando un entramado de reciprocidad que sostiene tanto la subsistencia material de los monjes como la economía simbólica de méritos del laicado (Schopen, 2004). Así, la alimentación en el budismo temprano excede lo meramente biológico, configurándose como una práctica religiosa situada en la intersección entre el cuerpo, la ética y las relaciones sociales.

En el budismo zen japonés, particularmente en la tradición fundada por Eihei Dogen (1200–1253), la alimentación ocupa un lugar central como práctica espiritual. Lejos de ser una simple necesidad fisiológica, el acto de comer se transforma en un vehículo para el cultivo del despertar. Esto se expresa de forma paradigmática en el *Shobogenzo* (Dogen, 2008), la obra más significativa de Dogen, donde dedica varios capítulos al tema, como *Tenzo kyokun* (Instrucciones al cocinero zen) y *Fushukuhanpo* (Normas para la comida). En este último se establecen los lineamientos de la comida ceremonial en comunidad, y se prescriben las normas precisas para el uso de los cuencos rituales empleados por los monjes.

En el zen occidental contemporáneo, la alimentación continúa desempeñando un papel fundamental como práctica espiritual y expresión del camino budista, aunque adaptada a los contextos culturales y sociales de Occidente. Es por ello que muchos centros zen occidentales han incorporado diversos rituales alimentarios, adecuando su forma tradicional a nuevas sensibilidades, pero manteniendo su esencia como práctica de atención y cuidado. A

[4] El corpus de textos fundacionales donde los discípulos de Buda trascribieron sus enseñanzas orales en idioma pali, unos trescientos años después de su muerte.

continuación, examinaremos el rol del responsable de las comidas en el zen, así como la relevancia que tiene una de sus comidas más emblemáticas, la sopa tradicional *guenmai*.

LA PREPARACIÓN DE LOS ALIMENTOS: EL *TENZO* Y LA *GUENMAI*

En los centros zen visitados durante el trabajo de campo, todos los participantes se involucran en diversas tareas que permiten sostener la vida en comunidad, las cuales abarcan desde la preparación de alimentos hasta trabajos de limpieza o de mantenimiento de las instalaciones. Estas actividades se agrupan bajo el término japonés *samu*, que el maestro Kosen Thibaut (1996, p. 279) define como un "trabajo voluntario tradicional que existe desde los tiempos de Buda", cuyo propósito principal es trabajar en beneficio de los demás y del colectivo en general.

En el contexto del zen, la palabra japonesa *tenzo* hace referencia a quien asume la responsabilidad del *samu* relacionado con la preparación de los alimentos en un templo durante un retiro intensivo de meditación (*sesshin*). Se dice que el *tenzo* es la figura más relevante en el sitio después del maestro, por lo cual no sorprende que alrededor suyo se concentren muchas de las concepciones del zen en torno a la alimentación. En efecto, en el mencionado capítulo del *Shobogenzo* titulado *Tenzo kyokun*, Dogen subraya la figura del *tenzo* como un puesto de gran responsabilidad espiritual, al mismo nivel que el abad o el maestro zen, de la siguiente manera:

> Este trabajo ha sido siempre realizado por maestros establecidos en la Vía y por otros en quienes se ha despertado el espíritu de *bodhisatva*[5]. Tal práctica requiere toda la energía de la persona. Si un hombre encargado de dicho trabajo carece de ese espíritu, solo sufrirá de penas innecesarias que no tendrán ningún valor en su seguimiento de la Vía (Dogen, 1987, p. 1).

Para Dogen, el trabajo del *tenzo* debe ser realizado con atención, compasión y sin discriminación. El cocinero debe tratar los ingredientes con el mismo respeto con el que trataría a un objeto ritual, como una estatua del Buda o un *sutra* (texto sagrado budista):

> Aunque el trabajo es solo preparar las comidas, se hace con un espíritu diferente del trabajo de un cocinero ordinario o un ayudante de cocina (...) El *tenzo* debe manipular la comida con respeto, como si se tratase de un plato para un emperador. Lo crudo y lo cocido deben ser tratados de la misma forma. Luego, todos los responsables de la cocina decidirán cual será la comida para el próximo día, qué tipo de *guenmai*, de legumbres, se cocinarán (...) Trate de este modo hasta una simple hoja de verdura como si en ella se manifestara el cuerpo del Buda. Esto, en efecto, permitirá que el Buda se manifieste a través de la hoja (Dogen, 1987, p. 2).

En uno de los campos de verano, el maestro Kosen dedicó buena parte de sus enseñanzas a comentar los preceptos del Dogen a fin de transmitir los valores y significados que rodean el rol del *tenzo* y la centralidad que tiene la alimentación dentro de la práctica zen:

> En la historia del Zen, muchos de los grandes maestros han realizado la función de *tenzo.* Esto es ser cocinero en un templo zen. Preparar la comida para la sangha, para la práctica, para el Buda. Es importante no separar los tres tesoros. En el Zen no hay que

[5] Ideal del budismo de la tradición mahayana. Es un ser iluminado y compasivo que renuncia a la liberación final y regresa al mundo de los fenómenos para salvar a otros seres.

> pensar ni analizar las cosas de modo convencional (...) Muchos otros grandes maestros han realizado esta función. Es para dejar claro que un cocinero zen es esencialmente diferente de aquellos que preparan la comida habitualmente, bien sea en un gran restaurante o en una gran mansión. No es lo mismo. El Maestro Dogen dijo que durante su viaje a China aprovechó el tiempo libre para preguntar a los antiguos sobre la naturaleza de las funciones del cocinero (Thibaut, 2000, p. 111-113).

Más allá del rol protagonizado por la figura del *tenzo*, en los retiros intensivos llevados a cabo por las instituciones zen registradas, pudimos observar que hay otros *samu* relevantes en la vida comunitaria, como el de los ayudantes para la preparación de la comida diaria, el lavado de utensilios de cocina, la limpieza del lugar y la compra de alimentos. Por ejemplo, en el templo Shobogenji que la Sangha Kosen posee en la localidad de Capilla del Monte, provincia de Córdoba, el *samu* específicamente vinculado a la preparación y el consumo de alimentos es organizado mediante la formación de varios equipos de trabajo, coordinados por el *tenzo*: el "equipo de cocina", que elabora las comidas siguiendo sus indicaciones; el "equipo de vajilla", encargado de lavar los utensilios utilizados; el "equipo del servicio", responsable de poner y servir la mesa; y el grupo de "intendencia", que diariamente sale al pueblo a comprar los víveres necesarios. En cuanto a la organización horaria de las comidas durante los "campos de verano", se observa una adaptación a los ritmos locales, pues el día comienza más tarde que en un templo zen tradicional (donde los monjes se despiertan a las 4:00 am aproximadamente). Así, en Shobogenji el día comienza a las 7:00 am y el desayuno se sirve alrededor de las 8:30 am, el almuerzo cerca del mediodía y la cena aproximadamente a las 19:00 horas.

La comida que se ofrece en las instituciones relevadas durante el trabajo de campo está conformada principalmente por vegetales, ya sea crudos o cocidos, legumbres y cereales, aunque también incluye productos lácteos como el queso y la leche. El mencionado maestro Taisen Deshimaru expresa algunas pautas sobre el tipo y la calidad de alimentos valorados de la siguiente forma:

> La mayoría de los alimentos pierden una buena parte de sus agentes vitamínicos debido a los procesos de refinamiento, de transformación, de conservación, guardando solamente un valor nutritivo muy empobrecido. Todo esto es muy peligroso para la constitución y la vitalidad del hombre, cuya degeneración ya se puede constatar. Es primordial volver a una alimentación simple y natural (...) En la medida de lo posible hay que comer productos regionales y frescos. Se debe evitar cualquier producto exótico, importado o en conserva (Deshimaru, 1982, p. 174-175).

En muchos de los centros zen vinculados a la enseñanza de Taisen Deshimaru, es habitual que se sirva, como parte del desayuno ceremonial posterior a la práctica de *zazen*[6], una sopa tradicional japonesa conocida como *guenmai*. Esta preparación, sencilla en su composición, pero profunda en su simbolismo, forma parte de la rutina cotidiana tanto en templos rurales como en *dojos*[7] urbanos, y constituye uno de los alimentos más representativos dentro del universo culinario zen.

[6] *Zazen* es la práctica principal del budismo zen, una meditación basada en el acto de sentarse sobre un almohadón, con las rodillas bien apoyadas en el piso, las piernas en postura de loto o medio loto y las manos unidas en el regazo formando un óvalo. La cabeza se mantiene erguida y los ojos semiabiertos, con la mirada puesta en el suelo a cuarenta y cinco grados.

[7] *Dojo* significa en japonés "lugar donde se practica la Vía (o 'camino espiritual')". Se refiere al espacio donde se practica meditación zen. En algunos grupos zen emplean el término "*zendo*" en vez de *dojo*, como en Viento del Sur.

La *guenmai* está elaborada a base de arroz integral cocido junto con una selección de verduras como puerro, nabo, apio, cebolla y zanahoria. Estos ingredientes se cocinan lentamente durante varias horas hasta lograr una textura suave y uniforme. La preparación se sazona con salsa de soja y semillas de sésamo tostadas, lo que aporta un sabor profundo pero sobrio, fiel a los principios de moderación y simplicidad que guían la vida monástica. Esta sopa, nutritiva y reconfortante, no solo cumple una función alimentaria, sino que encarna una serie de valores espirituales y éticos fundamentales para la práctica del zen.

Desde un punto de vista simbólico, la *guenmai* representa la búsqueda de equilibrio y armonía con el entorno. La elección de ingredientes locales y de estación, la cocción prolongada que transforma los elementos en una unidad coherente y el sabor sobrio y sin artificios, son todos aspectos que reflejan el espíritu zen. Además, su preparación es una forma de *samu*, y está íntimamente ligada a la figura del *tenzo*. La transmisión de los conocimientos necesarios para su correcta elaboración se efectúa de manera principalmente oral y corporal, a través de la imitación y la práctica repetida durante las instancias de convivencia en las jornadas o *sesshines*, lo cual refleja el modo en que se perpetúan muchas de las enseñanzas zen: no tanto mediante instrucciones formales, sino por la vía de la experiencia encarnada. Con todo, en los últimos tiempos, y de la mano de la virtualidad, también existen instrucciones explícitas sobre la preparación de la *guenmai*, que incluyen indicaciones sobre las proporciones de los ingredientes, sobre cómo cortar las verduras y lavar el arroz, y sobre cómo manejar el fuego para que la cocción sea lenta y pareja y la preparación quede cremosa. Durante una entrevista, un practicante zen relataba de la siguiente forma sus impresiones sobre la preparación de la *guenmai*:

> El hecho de hacer la *guenmai*, que es una sopa tradicional que se hace de desayuno, tiene su forma de hacerse y exige también un cierto tiempo, una cierta disposición, una cierta forma de hacerlo (...) porque requiere concentración, requieren realizar prácticas no habituales, en lo que uno no está habituado a hacer en nuestra vida cotidiana. Exigen como más atención que lo que uno hace normalmente.

En el próximo apartado, examinaremos la dimensión ceremonial y colectiva de la alimentación en las instituciones budistas en las cuales hemos realizado el trabajo de campo.

COMENSALIDAD Y RITUAL EN EL BUDISMO

Durante los períodos de entrenamiento intensivo en la práctica zen, existe una modalidad ceremonial específica para las comidas, cuyo nivel de ritualización varía según la comunidad. En el caso de los grupos vinculados a la misión de Taisen Deshimaru en occidente —como la Sangha Kosen y la Ermita de Paja—, esta forma de comer resulta menos compleja que la tradicional japonesa, aunque mantiene ciertos elementos. Entre ellos se destacan el canto de *sutras*, el uso de cuencos, la realización de ofrendas con los restos de comida destinados a los "espíritus hambrientos" (*gakis*), y la práctica del silencio durante todo el proceso. Las innovaciones o adaptaciones están dadas por el hecho de comer sentados en una mesa con sillas dispuestas en un salón comedor y no en el recinto de meditación, emplear cuchara o tenedor y no realizar la compleja *performance* ritual que involucra el uso de cuencos del *oryoki.*

Por ejemplo, durante el desayuno en el templo Shobogenji, el equipo de servicio reparte la comida mientras el resto canta el *sutra Bussho Kapila*, un texto sagrado de

agradecimiento y dedicatoria de la comida[8]. Algunas comunidades zen, como Nanzenji, Viento del Sur, Serena Alegría y Zen del Sur, realizan el ritual tradicional del *oryoki*. Esta ceremonia, cuyo grado de complejidad varía según la comunidad, se caracteriza por su gran elaboración y formalidad. Por lo general, se lleva a cabo en el salón de meditación, con los practicantes sentados sobre su *zafu* (almohadón de meditación) en postura de loto o medio loto.

El *oryoki* (literalmente "justo lo suficiente") es una forma ritualizada de tomar las comidas que expresa los principios del zen en la práctica cotidiana: atención plena, moderación, gratitud y respeto. Consiste en una secuencia cuidadosamente estructurada en la que se utilizan tres cuencos de distintos tamaños (anidados entre sí), un juego de palillos, una cuchara, una espátula y tres servilletas de tela (que sirven tanto para envolver como para limpiar y manipular los utensilios). Todo el conjunto se guarda y transporta en un paquete textil que también tiene una manera específica de ser atado y desplegado. Al igual que en la Sangha Kosen, la ceremonia comienza con la recitación del mencionado texto *Bussho Kapila* el cual coordina todos los movimientos empleados en el *oryoki*, una coreografía precisa de movimientos para desplegar los utensilios, recibir los alimentos, comer en silencio y luego lavar los cuencos con agua caliente o té.

El silencio se mantiene durante toda la ceremonia, por lo que la coordinación del ritual se realiza a través de un lenguaje gestual codificado. Estos gestos convencionales permiten la comunicación entre quienes sirven y quienes reciben la comida. Por ejemplo, frotar rápidamente las palmas indica que el cuenco ya tiene suficiente comida. Existen otros signos para expresar que no se desea un plato determinado o que ya no se necesita más de algún alimento. Aprender este lenguaje no verbal es fundamental para desenvolverse adecuadamente durante los retiros, ya que una señal malinterpretada puede hacer que el practicante reciba menos comida o quede fuera de la secuencia de servicio.

Como mencionamos, un elemento tradicional de la ceremonia de la comida que también se conserva en la Sangha Kosen es la ofrenda a los *gakis*[9], los llamados "espíritus hambrientos", para los cuales cada comensal separa pequeños trozos de comida que luego son

[8] Este sutra dice así: "Buda nació en Kapila / Tuvo el satori en Nagada / Enseñó en Harana / Entró en el nirvana en Kuchira / Los cuencos del Tathagatha, ahora los abrimos / Que podamos, junto a todos los seres, alcanzar el nirvana y despojarnos de las tres manchas / Todos los Bodhisattvas y los Patriarcas / El Sutra de la Sabiduría que va más allá / Mi reconocimiento va a todos los seres que contribuyeron a darme este alimento / Recibo este don de alimento considerando mis imperfecciones / Detener la cólera y los deseos es la verdadera religión / Este alimento debe tomarse como un medicamento para la salud del cuerpo / Tomo este alimento para perfeccionarme en la Vía / A ustedes, todos los muertos y todas las existencias animales / Ahora les ofrezco este alimento / Que se expanda en todo el universo / Espero comer con ustedes / Para el Buda, para el Dharma y para la Sangha / Para la sociedad y la humanidad entera / Para los inocentes y aquellos que no pueden ayudarse a sí mismos / Para todas las existencias del universo, que este alimento se ofrezca y se coma / La primera cucharada es para cortar el mal / La segunda es para practicar el bien / La tercera para ayudar a todos los seres / Juntos seguiremos la Vía de Buda / Lavo este cuenco con agua / Sabe a néctar celeste / Se la ofrezco a todos los muertos / Que les sirva de alimento / Que les quite la sed como el rocío de la mañana".

[9] Dentro de la cosmología budista existen los denominados "Seis reinos de la existencia": el infierno o reino demoníaco, el reino de los gakis o espíritus hambrientos, el reino animal, el reino humano, el reino de los dioses o seres celestiales y el reino de los budas o seres iluminados. Los gakis son una especie de fantasma o espíritu cuyo principal rasgo es un enorme estómago y una boca y garganta extremadamente chica, que no les permite tomar más que pequeños bocados. Por ello tienen una sed y un hambre atormentador que no pueden saciar nunca.

recogidos en un recipiente por una persona especialmente encargada de la labor, quien luego los lleva a un lugar apartado para ofrendarlos a estos seres.

La ceremonia del té, aunque más simple que el *oryoki*, también constituye una práctica significativa dentro del ritual cotidiano de muchas comunidades zen. En la mayoría de los grupos —con excepción de la Sangha Kosen y la Ermita de Paja—, el acto de beber té se lleva a cabo de manera ritualizada, especialmente durante retiros y sesiones intensivas de práctica. En estas ceremonias, el té suele servirse después de una comida ritual o de una sesión de *zazen*, y puede estar acompañado de algún alimento ligero, como una fruta seca o una galleta. Si bien su estructura varía según el grupo y el contexto, la esencia de la ceremonia se mantiene: no se trata simplemente de tomar una bebida caliente, sino de cultivar una actitud de atención plena, respeto y armonía con el entorno.

LA ALIMENTACIÓN COMO PRÁCTICA ESPIRITUAL

Las prácticas alimentarias dentro del budismo zen se entienden no solo como parte de la rutina diaria, sino como una auténtica "tecnología del ser" que posibilita al sujeto realizar ciertas "operaciones sobre su cuerpo y su alma, pensamientos, conducta, o cualquier forma de ser, obteniendo así una transformación de sí mismos con el fin de alcanzar cierto estado de felicidad, pureza, sabiduría o inmortalidad" (Foucault 1990, p. 48). En este enfoque, el acto de alimentarse es una prolongación natural del estado de presencia y atención cultivado en la meditación *(zazen*). Cada gesto relacionado con la comida —desde recibir el alimento, sostener los utensilios, masticar o compartir la mesa— se transforma en una oportunidad para ejercitar la atención y mantener la mente en el aquí y ahora.

Ya hace más de ochocientos años, Dogen señalaba en el *Shobogenzo* la actitud correcta durante la ingesta de alimentos: sentarse en silencio, con postura digna y mente presente. Comer, en este marco, no es distinto de meditar. La práctica de Dogen enfatiza la idea de que no hay separación entre el cuerpo, la mente y las acciones del día a día:

> Mantenga los ojos abiertos. No permita que se pierda ni un grano de arroz. Lave el arroz muy bien, póngalo en la olla, encienda el fuego y cocínelo. Un viejo adagio dice: "ve la olla como tu propia cabeza, ve el agua como tu propia sangre" (...) El *tenzo* tiene que estar presente y poner todo su cuidado mientras se cocinan el arroz y la sopa (...) Al mirar la comida, nunca mire los ingredientes desde una perspectiva corriente, ni piense en ellos emotivamente. Mantenga la actitud de quien trata de construir grandes templos con verduras ordinarias, una actitud que expone la enseñanza del Buda a través de las actividades más insignificantes (Dogen, 1987, p. 3).

Podemos observar, entonces, que Dogen insiste en la necesidad de estar atentos y de evitar el dualismo entre lo sagrado y lo profano. Para él, el camino del despertar se manifiesta plenamente en los actos ordinarios si se realizan con conciencia plena. En este sentido, la cocina y la alimentación se convierten en una verdadera práctica de la enseñanza del Buda. Como señala Leighton (2012, p. 100), "en el Zen de Dōgen, la cocina no es una distracción mundana, sino una oportunidad de encarnar la iluminación en cada momento".

En los tiempos modernos, maestros como Taisen Deshimaru, Shunryu Suzuki y, más recientemente, Norman Fischer y Edward Espe Brown, han reflexionado sobre la dimensión espiritual de la comida, destacando su potencial para cultivar la atención, la gratitud y la interdependencia. Deshimaru (1982, p. 174-175), por ejemplo, sostenía:

> El estado de espíritu con el que se toma la comida es igualmente muy importante (...) siempre debemos sentir gratitud hacia aquellos que ahora nos permiten alimentarnos (...) Debemos pensar que estos alimentos son una medicina. No debemos comer por glotonería, ni comer alimentos demasiado ricos.

Por su parte, Edward Espe Brown, discípulo de Suzuki y autor de *Sin receta: la cocina como práctica espiritual* (2020), desarrolló una visión profundamente contemplativa de la cocina, donde el acto de preparar y consumir alimentos se convierte en una oportunidad para explorar la presencia, la creatividad y la impermanencia. Bajo esta lógica, el desarrollo de la atención no se limita al momento de comer, sino que atraviesa toda la dinámica alimentaria: desde el servicio de los platos hasta el orden en que se sirven las porciones o la manera de limpiar los utensilios. Cada gesto está impregnado de un sentido ético y simbólico, que apunta a cultivar cualidades como la humildad, el desapego, la gratitud y la compasión. Al respecto, enfatiza Kosen:

> En los templos, en las *sesshines,* en la práctica del zen, en el mundo del zen, la vida, los gestos de cada uno, son la vida y los gestos del Buda. Por eso nadie puede hacerlo en vuestro lugar. Cada uno sabe lo que tiene que hacer. No se trabaja por los demás, por un salario. Se trabaja para uno mismo. Se trabaja para el Buda. Es la intimidad misma de este trabajo lo que es importante. Dogen dice también: "no permitan que se rompa esta intimidad". Esta intimidad con Buda, con uno mismo; esta relación entre ustedes y esa verdura que lavan, es casi secreta, como una historia de amor (Thibaut, 2000, p. 121).

De modo que la alimentación en el zen trasciende lo meramente biológico o nutricional: se convierte en una vía concreta de entrenamiento espiritual. Comer no es solamente ingerir alimentos, sino también ejercitar la mente, el cuerpo y las emociones en una práctica de presencia y respeto mutuo. Así, lo cotidiano se transforma en camino, y el comedor comunitario se vuelve una extensión del *dojo*, donde se medita en silencio, se observa al otro y se cultiva el despertar en cada acción.

En suma, la alimentación en el zen occidental no solo se limita a reglas dietéticas, sino que se inscribe en una ética del aquí y ahora, donde cada bocado puede ser una forma de transitar el camino del Buda. Por ejemplo, el acto de cocinar la *guenmai* no es un procedimiento técnico cualquiera, sino una práctica que requiere atención plena, respeto por los ingredientes y una disposición interior acorde con la enseñanza budista. Esta sopa remite también a una actitud de gratitud hacia los alimentos, hacia quienes los preparan y hacia la red de interdependencias que hace posible cada comida. En definitiva, la *guenmai* no es solo un alimento, sino una expresión tangible de la práctica espiritual. Su elaboración y consumo forman parte de una pedagogía del cuerpo y de los sentidos, que enseña a vivir con atención, con humildad y con conciencia de lo esencial. A través de ella, los practicantes zen integran la enseñanza budista en su vida diaria, transformando lo cotidiano en camino.

Comparablemente, lograr una correcta ejecución del *oryoki* requiere un aprendizaje sostenido y una atención constante, ya que cada movimiento —desde desplegar el paquete de utensilios hasta volver a guardarlo— está pautado hasta en sus más mínimos detalles. De este modo, el *oryoki* no solo regula el acto de alimentarse, también lo transforma en una práctica de meditación en acción, en la que el cuerpo, la atención y la intención se sincronizan en un gesto colectivo cargado de sentido espiritual. Del mismo modo, en la ceremonia del té, cada acto, desde cómo se toma la taza hasta cómo se la ofrece o se la recibe, está ritualizado. La secuencia de movimientos, la postura del cuerpo, la manera de sostener la taza y el tempo del acto de

beber, se ejecutan con lentitud, precisión y conciencia. En muchos casos, el té se sirve en silencio, en un entorno recogido, y cada persona lo recibe con una inclinación o gesto de gratitud. Este ritual funciona como una extensión de la meditación, en la que la atención se desplaza del cojín de práctica a la taza, sin perder su intensidad ni su cualidad contemplativa. La ceremonia del té, entonces, condensa muchos de los valores fundamentales del zen: la sobriedad, la simplicidad, la presencia en el instante presente, el respeto por los objetos cotidianos y por la comunidad. Beber té se transforma así en una práctica espiritual, en un acto de comunión silenciosa y en un medio para integrar la enseñanza zen en los gestos más simples de la vida diaria.

Un elemento central en el aprendizaje de esta ceremonia, al igual que en el *oryoki* y otros rituales zen, es la mímesis corporal. Las formas de hacer no se transmiten a través de instrucciones verbales detalladas, sino más bien mediante la observación atenta y la imitación del comportamiento de los practicantes más experimentados. El cuerpo aprende por repetición, por inmersión, por afinación con los gestos del otro. En este sentido, el conocimiento no se formula discursivamente, sino que se encarna. La tradición se perpetúa no tanto por la palabra como por la gestualidad, la postura y la forma de moverse en el espacio compartido.

Asimismo, esta forma de concebir la alimentación también implica una dimensión colectiva fundamental: la comida en el contexto zen no es una actividad meramente individual, sino una acción que requiere coordinación, sensibilidad y cuidado hacia el otro. La ceremonia alimentaria —ya sea compleja como el *oryoki* o más sencilla como la desarrollada en la Sangha Kosen— se estructura de manera tal que todos los comensales comiencen y finalicen el acto de comer al mismo tiempo. Esta práctica refuerza el sentido de armonía comunitaria y de interdependencia que caracteriza a la vida en comunidad. Por ejemplo, durante un retiro organizado por el Centro Zen Cambio Sutil, el maestro Seizan Feijoo subrayó que uno de los pilares fundamentales del trabajo grupal es la capacidad de adaptación mutua. En su enseñanza, destacó que incluso el ritmo de la comida requiere un esfuerzo de sincronización: quienes tienden a comer con mayor lentitud deben acompasarse con el grupo, de modo que nadie quede desfasado al finalizar la comida. Este tipo de prácticas promueven una actitud de atención activa hacia el otro, donde cada practicante observa no solo su propio ritmo, sino también el de los demás, buscando un equilibrio que sostenga la unidad del grupo.

BUENO PARA COMER: *ETHOS* NUTRICIONAL EN EL CONSUMO DE CARNE Y ALCOHOL

En relación con el consumo de carne, en el budismo temprano, tal como es expresado en el *Canon Pali,* no se impone una prohibición absoluta, aunque sí establece restricciones éticas. En particular, se desaconseja la ingesta de carne cuando el religioso ha visto, sospechado o sabido que el animal fue sacrificado específicamente para él. Esta prescripción busca evitar el vínculo kármico[10] con el acto de matar, priorizando la pureza de intención y el principio de no

[10] *Karma* es un término sánscrito que significa "acción". Es una teodicea budista según la cual las circunstancias presentes de una persona están causadas por sus acciones pasadas en esta o en otras vidas.

violencia. Como señala Gethin (1998), el énfasis no recae en el vegetarianismo como doctrina, sino en la compasión y la ética del consumo.

En sintonía con estas pautas tradicionales de alimentación, en los centros zen estudiados no existe una obligación formal de adoptar una dieta vegetariana, aunque sí se transmite la noción de que evitar el consumo de carne es preferible. Esta recomendación no se plantea como una imposición rígida, sino como una evolución natural del practicante en su camino espiritual. Se sugiere que, con el tiempo y sin forzar, es mejor inclinarse hacia una alimentación basada en vegetales, guiada por principios éticos, ecológicos y de salud. El maestro Kosen, por ejemplo, al ser consultado sobre esta cuestión, expresó: "Pienso que poco a poco sería mejor disminuir la carne de nuestra alimentación, sin fanatismo, pero tranquilamente olvidarla, sería mejor por muchas razones, ecológicas, de salud y éticas". En relación al consumo de alcohol, en gran parte está prohibido, ya que cabe dentro del quinto precepto que indica abstenerse de consumir intoxicantes que alteren la consciencia.

Sin embargo, la observación etnográfica permite contrastar el discurso con la práctica concreta y matizar esta perspectiva. En la comunidad de la Sangha Kosen, por ejemplo, durante los retiros (*sesshin*) la alimentación que se ofrece es efectivamente vegetariana. No obstante, al finalizar estos períodos intensivos de meditación, es habitual que se realicen celebraciones grupales donde se reincorpora el consumo de carne y alcohol. En el templo Shobogenji, particularmente durante el Campo de Verano, luego de cada *sesshin* se organiza una fiesta que suele incluir un asado argentino, acompañado de vino, cerveza y otras bebidas alcohólicas. Esta práctica ha generado cierta sorpresa e incluso resistencia entre algunos miembros nuevos, quienes esperaban encontrar en el budismo una disciplina alimentaria más estricta, orientada hacia el vegetarianismo y la abstinencia.

Estas tensiones revelan una dimensión interesante del *ethos* culinario de esta comunidad: una postura crítica frente a las filosofías alimentarias que absolutizan la dieta como núcleo de la espiritualidad, como la macrobiótica, el veganismo o ciertos enfoques vegetarianos radicales. Frente a esta tendencia, en muchos grupos zen circula una expresión significativa: "la boca de un monje es como un horno, acepta todo lo que le pongan dentro". Esta frase sintetiza una actitud de apertura, aceptación y gratitud hacia la comida ofrecida, sin priorizar preferencias personales ni convertir la alimentación en un nuevo dogma. Al respecto, señala Deshimaru:

> A veces yo sigo también la macrobiótica por motivos de salud. Pero creo que no es necesaria para los jóvenes. Vuestro estómago se debilitará si, ahora que sois jóvenes, coméis como un gorrión. A veces es necesario comer carne o beber alcohol (...) Las gentes que practican la macrobiótica tienden a apegarse demasiado a las cuestiones del cuerpo, a la selección de los alimentos, y al final caen enfermos. Apegarse demasiado a la salud es egoísmo (...) No podréis armonizaros con los demás si lo rechazáis todo cuando estáis con ellos. Yo no como mucha carne, pero si alguien me invita tengo que aceptar (Deshimaru, 1992, p. 85).

En el trasfondo, lo que se manifiesta es una voluntad de integrar los distintos aspectos de la experiencia humana —lo sagrado y lo mundano— superando dicotomías rígidas entre lo espiritual y lo profano. La comida, en este sentido, se vuelve una metáfora de esa integración: puede ser tanto una práctica meditativa como una ocasión para el festejo, un ejercicio de atención plena como un momento de comunión gozosa. Según lo señala el propio Kosen, este enfoque busca no dividir, sino unificar, haciendo del budismo una práctica encarnada, realista y profundamente humana:

> La primera vez que me di cuenta de que mi maestro comía carne, que podía tomar whisky, nos sentimos muy, muy liberados: "¡Ah! Es una vía muy seria, pero es posible, incluye también los *bonos* [las ilusiones, los defectos], esta vía". ¡Nos sentimos uuaaaah!, super!, muy locos... (...) Hay personas que parecen muy bien, que son vegetarianos, que tienen una muy buena salud, que no toman alcohol, que hacen deportes, que dicen cosas muy interesantes, muy New Age, muy *clean*, que son así y te da la impresión de "¡Uau! ¡Qué buen karma que tiene esta gente, son muy buenos!" Pero un día tú vas a ver su mal karma que está escondido y que puede ser enorme (Thibaut, 2003, p. 165-166).

Sin embargo, las narrativas nativas advierten sobre el peligro de desarrollar apego al placer que puede generar el consumo de carne u otros alimentos. Así, en otra oportunidad, el maestro Kosen reprendió a algunos discípulos que mostraban un fuerte apego a la carne, diciéndoles lo siguiente:

> Aquí practicamos un día de *sesshin* y la gente empieza a pensar en comprar carne y se van, se escapan de *zazen* para comprar carne, después de una ida de *zazen*, esto no es practicar, es mierda, no necesitamos carne, y piensan: "pero mañana es la fiesta, mañana carne" y no pueden tranquilizarse, no pueden abandonar nada, no tienen espíritu de aventura, de decir: "Ah!, no importa nada, hacemos *zazen* y si hay *guenmai* comemos *guenmai*" y no pueden abandonar nada y quieren ir a comer carne (Thibaut, 2001, p. 19).

De manera similar, el maestro Taisen Deshimaru expresa una postura flexible respecto a la alimentación, lo cual puede apreciarse en la siguiente cita:

> Yo no me alimento de platos deliciosos (...) En tanto que puedo me alimento con yogurt y compota de manzanas. El maní también es muy bueno (...) Para controlar vuestra vida, pues claro, la alimentación es importante, pero no lo primordial. Algunos necesitan un bife. Cuando yo los invito, es lo que eligen del menú, y el más caro (Deshimaru, 1980, p. 5).

En definitiva, dentro del marco del zen tal como se vive y se enseña en la Sangha Kosen, se observa cierta ambigüedad entre el discurso ideal y las prácticas concretas en torno a la alimentación. Si bien en el plano de las enseñanzas se promueve el vegetarianismo como una meta deseable, asociada a valores como la compasión, la salud y la armonía con el entorno, en la dinámica cotidiana de la comunidad se despliega una lógica ambivalente. Esta dualidad se manifiesta claramente al final de los períodos de retiro intensivo, como los campos de verano en el templo Shobogenji, donde tras diez días de rigurosa práctica espiritual, meditación y alimentación vegetariana, se celebra una gran fiesta colectiva. En esta instancia, el ambiente cambia drásticamente: se realizan bailes, se comparten bebidas alcohólicas y se consumen alimentos de origen animal, como carnes asadas. Esta celebración final no solo es tolerada, sino que forma parte de la tradición del grupo, y expresa una concepción del camino espiritual que no se limita a la renuncia estricta, sino que busca integrar los aspectos sagrados y profanos de la existencia. En ese sentido, la experiencia del zen en la Sangha Kosen no propone una ruptura tajante con los placeres del mundo, sino más bien una forma de relación consciente con ellos, donde el desapego no necesariamente implica abstinencia absoluta.

CONCLUSIONES

El presente artículo exploró las prácticas alimentarias y las representaciones colectivas asociadas a la comida en centros budistas de Argentina, con el objetivo de profundizar en el estudio de la alimentación como dimensión constitutiva de la vida religiosa. Tras el recorrido efectuado podemos afirmar que la alimentación en el budismo constituye un fenómeno social total (Mauss, 1971), cuya investigación permite acceder a múltiples dimensiones —subjetivas, comunitarias, sociales y simbólicas— implicadas en el proceso de adaptación y transformación de esta religión en el contexto occidental. En este sentido, observamos que el *ethos* alimentario del budismo zen en Argentina presenta un conjunto particular de representaciones sociales y normativas morales que fundamentan las elecciones y restricciones alimentarias. Así, ciertos alimentos son considerados apropiados o inapropiados según concepciones específicas sobre la realidad, los seres humanos y lo sagrado.

El acto de alimentarse en contextos budistas zen no es neutral ni meramente fisiológico, sino que implica un consumo cargado de significados culturales y simbólicos. Por ejemplo, la *guenmai*, tal como se analizó previamente, es una preparación emblemática dentro de los grupos vinculados a la línea de Taisen Deshimaru, cumple una función importante en la construcción de la identidad colectiva. Asimismo, roles tradicionales como el del *tenzo* condensan enseñanzas espirituales y valores éticos propios de la tradición zen. La alimentación, además, se experimenta como una práctica espiritual y meditativa que busca forjar un *habitus* religioso. Se espera que el acto de comer se realice con atención plena, silencio y concentración. El *oryoki*, una forma ritualizada de alimentarse, ilustra de manera ejemplar esta concepción, funcionando como una técnica de entrenamiento espiritual en sí misma. Esta actitud meditativa también se proyecta hacia la preparación de los alimentos, no solo hacia su consumo.

Por otro lado, la variedad observada en las prácticas alimentarias se manifiesta de manera particular en lo que refiere al consumo de carne y alcohol. Mientras que algunos centros excluyen estos productos por completo, en otros, como la Sangha Kosen, forman parte de rituales informales posteriores a los retiros, como los festejos con asado y bebidas alcohólicas. Esta dinámica revela una lógica dual en la que dichas prácticas formales del comer, conviven con celebraciones menos estructuradas que, sin embargo, también adquieren un carácter ritual.

Finalmente, podemos afirmar que el hecho alimentario desempeña un papel relevante en los procesos de reconfiguración del budismo en Occidente, en particular en Argentina. En este nuevo contexto cultural, la comida actúa como un espacio privilegiado donde se articulan dinámicas de cambio, hibridación y reterritorialización. Un ejemplo claro es la inclusión de comidas típicas locales, como el asado, en contextos de práctica zen. Además, el paso del monacato tradicional a formas de vida laicas también se refleja en el plano alimentario, que se vuelve un símbolo de integración entre lo sagrado y lo profano. Las comidas compartidas tras los retiros, como los asados ritualizados, pueden leerse como momentos liminales (Turner, 1969) que marcan la transición entre la práctica intensiva y la vida cotidiana. Asimismo, podemos observar que los rituales de comensalidad cumplen un rol importante en la creación de lazos entre los practicantes, fortaleciendo la identidad colectiva y estableciendo límites simbólicos frente a otras corrientes budistas. A la vez, al ser compartidas en contextos diversos, estas prácticas pueden fomentar una sensación de pertenencia a una comunidad budista global. Desde esta perspectiva, los grupos analizados pueden entenderse como "comunidades

de práctica" (Strauss, 2000, p. 245), en las que las acciones compartidas —más que las creencias doctrinales— constituyen el núcleo de esta representación identitaria conjunta. No solo la meditación, sino también la preparación y el consumo de alimentos, se convierten en ejercicios fundamentales que permiten experimentar la comida como algo reencantado, dotado de sentido religioso. Así, el comportamiento alimentario se organiza en torno a normas sagradas compartidas, que definen qué, cómo, cuándo y por qué se come.

REFERÊNCIAS

BOURDIEU, Pierre. **El sentido práctico**. Buenos Aires: Siglo XXI, 2007.

CARINI, Catón. **Etnografía del budismo zen argentino**: rituales, cosmovisión e identidad. Disertación doctoral, Facultad de Ciencias Naturales y Museo, Universidad Nacional de La Plata. La Plata, 2012.

CARINI, Catón. Southern Dharma: Outlines of Buddhism in Argentina. **International Journal of Latin American Religions**, v. 2, n. 1, p. 1-19, 2018.

CHAGAS, Gisele Fonseca *et al.* Comida e sagrado: corpos, sentidos, cosmologias e ontologías. **Religião e Sociedade**, v. 42, n. 2, p. 11-19, 2022.

CONTRERAS, Jesús y GARCÍA, Mabel. **Alimentación y cultura**: perspectivas antropológicas. Barcelona: Ariel, 2005.

CONTRERAS, Jesús. Alimentación y Religión. **Humanitas. Humanidades Medicas**, n. 16, p. 1-22, 2007.

DESHIMARU, Taisen. ***Anapanasati Sutra***. Buenos Aires: Asociación Zen de América Latina, 1980.

_____. **La práctica de la concentración:** El zen en la vida cotidiana. Barcelona: Teorema, 1982.

_____. **Preguntas a un maestro zen**. Barcelona: Kairos, 1992.

DOGEN, Eihei. Tenzo kyokun. En: Zeisler, Etienne. **Kusen, enseñanza oral durante zazen.** Tenzo Kyokun del maestro Dogen. Barcelona: Asociación Zen Internacional, 1987.

_____. **Shobogenzo**. Buenos Aires: Dunken, 2008.

DOUGLAS, Mary. **Deciphering a meal.** Daedalus, v. 101, n. 1, p. 61–81, 1972.

ESPE BROWN, Edward. **Sin receta:** la cocina como práctica espiritual. Buenos Aires: El hilo de Ariadna, 2020.

FISCHLER, Claude. **El (h)omnívoro:** el gusto, la cocina y el cuerpo. Barcelona: Editorial Anagrama, 1995.

FOUCAULT, Michel. ***Tecnologías del yo y otros textos afines***. Barcelona: Paidós, 1990.

GETHIN, Rupert. **The Foundations of Buddhism**. Oxford: Oxford University Press, 1998.

GOODY, Jack. **Cooking, cuisine and class:** A study in comparative sociology. Cambridge University Press, 1982.

HARVEY, Graham. Religion and Food, Religions as Foodways. **REVER**, v. 15, n. 1, p. 80-92, 2015.

LEIGHTON, Taigen Dan. **Faces of Compassion:** Classic Bodhisattva Archetypes and Their Modern Expression. Somerville: Wisdom Publications, 2012.

LÉVI-STRAUSS, Claude. **Lo crudo y lo cocido**. México: Fondo de Cultura Económica, 1968.

MALINOWSKI, Bronislaw. **Argonauts of the Western Pacific:** An account of native enterprise and adventure in the Archipelagoes of Melanesian New Guinea. London: G. Routledge & Sons; New York: E. P. Dutton & Co, 1922.

MAUSS, Marcel. **Sociología y antropología**, Madrid: Tecnos, 1971.

SCHOPEN, Gregory. **Buddhist Monks and Business Matters:** Still More Papers on Monastic Buddhism in India. Honolulu: University of Hawai'i Press, 2004.

STRAUSS, Sarah. Locating yoga. Ethnography and transnational practice. In: Amit, Vered. (ed.) **Constructing the Field**: Ethnographic Fieldwork in the Contemporary World. London and New York: Routledge, 2000.

THIBAUT, Kosen. **Zen, la revolución interior**. Buenos Aires: Troquel, 1996.

_____. **Kusen Campo de verano en Barcelona 2000**. Buenos Aires: Asociación Zen de América Latina, 2000.

_____. **Kusen Campo de verano en Argentina enero-febrero 2001**. Buenos Aires: Asociación Zen de América Latina, 2001.

_____. **Libro on-line I:** Kusen del Maestro Kosen En el Templo Shobogenji, Argentina. Buenos Aires: Asociación Zen de América Latina, 2003.

TURNER, Victor. **The ritual process:** Structure and anti-structure. London: Aldine Publishing, 1969.