

## Artículo Científico

## Scientific Article

### El garuda purana y los rituales funerarios hindúes: explorando dimensiones psicológicas a través de prácticas contemporáneas

*The garuda purana and hindu death rituals: exploring psychological dimensions through contemporary practices*

#### RESUMEN

#### Introducción:

Este artículo de investigación explora el Garuda Purana, uno de los dieciocho Mahapuranas del hinduismo, centrando su atención en sus prescripciones para los rituales funerarios y su impacto psicológico. El Garuda Purana ofrece una guía detallada sobre la realización de los ritos funerarios y el viaje del alma después de la muerte. Este estudio examina las funciones psicológicas de estos rituales, investigando cómo asisten a las personas en el proceso de duelo, fomentan la resiliencia emocional y mantienen el equilibrio mental durante el luto.

#### Objetivos:

El objetivo de esta investigación es explorar cómo los rituales prescritos en el Garuda Purana influyen en el bienestar psicológico durante el proceso de duelo.

#### Métodos:

se empleó un enfoque de métodos mixtos, que incluyó el análisis textual del Garuda Purana y el

#### Autor

Ramesh Prasad Adhikary

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-9889-3825>

Universidad de Tribhuvan, Katmandú, Nepal

#### Correspondencia

[rameshadhikary29@gmail.com](mailto:rameshadhikary29@gmail.com)

#### Presentado

25/09/2024

#### Aceptado

07/11/2024

análisis temático de entrevistas con sacerdotes hindúes y familiares en duelo. El análisis textual reveló el énfasis del Purana en los rituales para purificar el alma, mitigar los pecados y fomentar el apoyo comunitario, proporcionando un marco estructurado para afrontar el duelo. El análisis temático de las entrevistas subrayó los beneficios psicológicos de la participación en rituales, destacando temas como el consuelo, el control y el apoyo comunitario entre los participantes.

### **Resultados:**

Los hallazgos indican que participar en estos rituales ofrece un sentido de propósito y empoderamiento a los dolientes, ayudando en la aceptación de la pérdida y mitigando las ansiedades existenciales. Se encontró que la naturaleza comunitaria de estos rituales juega un papel crucial en la provisión de apoyo emocional y solidaridad dentro de la comunidad en duelo.

## **ABSTRACT**

### **Introduction:**

This research article explores *The Garuda Purana*, one of the eighteen *Maha Puranas* of Hinduism, focusing on its prescriptions for death rituals and their psychological impact. *The Garuda Purana* offers detailed guidance on the conduct of funeral rites and the journey of the soul post-mortem. This study examines the psychological functions of these rituals, investigating how they assist individuals in navigating the grieving process, fostering emotional resilience, and maintaining mental equilibrium during bereavement.

### **Objectives:**

The objective of this research is to explore how

rituals prescribed in *The Garuda Purana* influence psychological well-being during the mourning process.

### **Methods:**

A mixed-methods approach was employed, comprising textual analysis of the *Garuda Purana* and thematic analysis of interviews with Hindu priests and bereaved family members. The textual analysis revealed Purana's emphasis on rituals for purifying the soul, mitigating sins, and fostering communal support, providing a structured framework for navigating grief. Thematic analysis of interviews underscored the psychological benefits of ritual participation, highlighting themes of solace, control, and communal support among participants.

### **Results:**

Findings indicate that engaging in these rituals offers a sense of purpose and empowerment to the bereaved, aiding in the acceptance of loss and mitigating existential anxieties. The communal nature of these rituals was found to play a crucial role in providing emotional support and solidarity within the grieving community.

**Keywords:** death rituals, Hinduism, psychological impact, emotional resilience

## **INTRODUCCIÓN**

El duelo por la pérdida de un ser querido es una experiencia humana universal que se manifiesta en diversos rituales y prácticas culturales. Estos rituales sirven no solo como un medio para honrar al difunto, sino también para proporcionar consuelo y estructura a los afligidos, ayudándoles

a navegar las complejidades emocionales de la pérdida (Bonanno y Kaltman, 2001). En diferentes culturas, los rituales funerarios están imbuidos de profundos significados simbólicos y cumplen múltiples funciones psicológicas y sociales.

El hinduismo, una de las religiones más antiguas del mundo, es rico en mitología y tradición. Abarca una amplia gama de creencias y prácticas centradas en los conceptos de Dharma (deber/rectitud), Karma (acción y reacción subsiguiente) y Moksha (liberación del ciclo de nacimiento y muerte) (Fowler, 1997). La mitología hindú, con su panteón de dioses y diosas, narraciones de batallas cósmicas y discursos filosóficos, proporciona una profunda reserva de sabiduría que guía a los adeptos en su vida espiritual y cotidiana (Kinsley, 1987).

Los Puranas son un género de importantes textos religiosos hindúes que desempeñan un papel crucial en la preservación y propagación de las tradiciones religiosas del hinduismo. Hay dieciocho Puranas principales, cada uno de los cuales abarca una amplia gama de temas, incluyendo la cosmología, las leyendas de dioses y héroes, los rituales y las enseñanzas morales (Rocher, 1986). Estos textos no son solo discursos teológicos o filosóficos, sino que también son guías prácticas para vivir una vida recta de acuerdo con los principios hindúes.

En el hinduismo, la muerte es vista como una transición significativa en lugar de un final. Los rituales que rodean a la muerte, conocidos colectivamente como Antyesti o los últimos ritos, son elaborados y están destinados a asegurar la salida adecuada del alma del reino terrenal y su viaje hacia el más allá (Parry, 1994). Estos ritos incluyen la preparación del cuerpo, la cremación y los rituales posteriores como Shraddha, que

implica ofrendas a los antepasados para asegurar la paz del alma del difunto (Goyal, 2001).

**El Garuda Purana y la práctica cultural de la lectura en casa**

El Garuda Purana, uno de los dieciocho Mahapuranas, ocupa un lugar especial en los ritos funerarios hindúes. Es un texto completo que proporciona instrucciones detalladas sobre los rituales de muerte y el viaje metafísico del alma después de la muerte. El texto se divide en dos secciones principales: el Purva Khanda y el Uttara Khanda, este último particularmente preocupado por la muerte y la vida después de la muerte (Bryant, 2007). Se cree que ofrece orientación sobre cómo comportarse durante y después de la muerte de un ser querido, asegurando que el alma sea guiada adecuadamente a su próximo destino.

En muchos hogares hindúes, es costumbre leer el Garuda Purana cuando alguien muere. Esta práctica se basa en la creencia de que la recitación del texto ayuda a purificar el entorno, guiar el alma del difunto y proporcionar consuelo a la familia en duelo (Fowler, 1997). La lectura del Garuda Purana es vista como una forma de mitigar los pecados del difunto y asegurar su transición suave a la vida después de la muerte, reduciendo así su sufrimiento en los nacimientos posteriores (Das, 2003).

El concepto de pecado (Pap) en el hinduismo está estrechamente ligado a la ley del Karma, donde las acciones en la vida de uno determinan su destino en futuras encarnaciones. Se cree que los rituales y la lectura del Garuda Purana ayudan a absolver los pecados del difunto, asegurando un mejor renacimiento o la liberación final (Mukherjee, 2001). Psicológicamente, estos rituales proporcionan un marco para que los dolientes procesen su dolor, ofreciendo una sensación de

control y participación para garantizar el bienestar del difunto (Corr y Doka, 2001).

El marco psicológico de las cinco etapas del duelo (negación, ira, negociación, depresión y aceptación), propuesto por Kübler-Ross (1969), encuentra un paralelo en los rituales estructurados de las ceremonias funerarias hindúes. Estos rituales ofrecen un camino a través del cual los afligidos pueden navegar por estas etapas, proporcionando un contexto cultural para sus emociones y un medio para expresar y finalmente aceptar su pérdida (Stroebe y Schut, 1999).

### Objetivo de la investigación

El objetivo principal de esta investigación es explorar las ramificaciones psicológicas de los rituales de muerte prescritos en el Garuda Purana. Esta investigación busca dilucidar cómo estos rituales facilitan a los afligidos el manejo de su dolor, el procesamiento de sus emociones y la búsqueda de consuelo en medio de su pérdida. Al examinar estos rituales a través de un marco psicológico, el estudio tiene como objetivo revelar su papel en la promoción de la curación emocional y la resiliencia psicológica.

### Preguntas de investigación

- ¿De qué manera estos rituales se alinean con las cinco etapas del duelo y cómo facilitan la transición a través de estas etapas?
- ¿Qué papel desempeña la creencia en la eficacia de estos rituales para absolver el pecado y asegurar una vida después de la muerte favorable en proporcionar consuelo psicológico a los afligidos?

### Revisión de algunos estudios previos

El Garuda Purana, uno de los Maha Puranas, es un texto fundamental en la literatura religiosa hindú. Tradicionalmente se atribuye al sabio Vyasa y se compone como un diálogo entre el Señor Vishnu y Garuda, su montura divina. El Garuda Purana se divide en dos secciones principales: el Purva Khanda y el Uttara Khanda. El Purva Khanda abarca la cosmología, la mitología y la ética, mientras que el Uttara Khanda se ocupa específicamente de los rituales de la muerte y del viaje metafísico del alma después de la muerte (Rocher, 1986). Este texto proporciona una guía completa de las diversas etapas de los rituales de muerte, enfatizando su importancia para asegurar la transición pacífica del alma y mitigar los efectos del karma.

Los rituales de muerte en el hinduismo, conocidos colectivamente como Antyesti, se encuentran entre las ceremonias más elaboradas y simbólicamente ricas de la religión. Estos rituales están diseñados para facilitar el viaje del alma desde el reino terrenal hasta la vida después de la muerte, adhiriéndose a los principios del Dharma y el Karma (Parry, 1994). Las etapas de estos rituales incluyen la preparación del cuerpo, la cremación y las ceremonias posteriores a la cremación, como Shraddha, donde se ofrece comida y oraciones a los antepasados para garantizar su paz y bienestar. Estos ritos están imbuidos de

profundos significados simbólicos, reflejando la creencia hindú en la naturaleza cíclica de la vida, la muerte y el renacimiento (Brockington, 2003).

Los rituales desempeñan un papel fundamental en las sociedades humanas al proporcionar estructura y significado en tiempos de transición. La investigación psicológica sugiere que los rituales ayudan a los individuos a manejar paisajes emocionales complejos, ofreciendo una sensación de control y previsibilidad (Parkes, 1972). En el contexto del duelo, los rituales permiten la expresión de emociones, el apoyo comunitario y el proceso de encontrar un cierre. Ayudan a mitigar los sentimientos de caos y desorientación que a menudo acompañan a la pérdida, promoviendo la estabilidad emocional y la resiliencia (Bonanno y Kaltman, 2001). La naturaleza estructurada de los rituales proporciona un marco para que los dolientes naveguen por su dolor, alineándose con las teorías de la reducción de la disonancia cognitiva y el apoyo social.

En muchos hogares hindúes, la lectura del Garuda Purana es una práctica habitual después de una muerte. Esta tradición se basa en la creencia de que la recitación del texto purifica el entorno, guía el alma del difunto y proporciona consuelo a la familia en duelo (Fowler, 1997). Se cree que la lectura absuelve los pecados del difunto, facilitando una transición más suave a la vida después de la muerte. Esta práctica subraya el profundo significado cultural y religioso del texto, destacando su papel en el mantenimiento del equilibrio espiritual y emocional durante los períodos de luto (Das, 2003).

El Garuda Purana enfatiza el concepto de pecado (Pap) y sus consecuencias en la vida después de la muerte. En el hinduismo, la ley del Karma dicta que las acciones en la vida de uno determinan su

destino en futuras encarnaciones. Se cree que los rituales prescritos en el Garuda Purana ayudan a absolver los pecados del difunto, asegurando un renacimiento favorable o la liberación final (Mukherjee, 2001). Este sistema de creencias proporciona un marco psicológico para los afligidos, ofreciendo un sentido de agencia y participación para garantizar el bienestar del alma del difunto.

El impacto psicológico de realizar rituales de muerte se extiende más allá del proceso inmediato de duelo. Estos rituales ofrecen beneficios emocionales a largo plazo al proporcionar una forma estructurada de procesar el duelo y al reforzar un sentido de comunidad y continuidad (Stroebe y Schut, 1999). La creencia en la eficacia de estos rituales para ayudar en el viaje del difunto y mitigar su sufrimiento proporciona un consuelo significativo a los afligidos, reduciendo la ansiedad existencial y fomentando la resiliencia emocional (Bonanno y Kaltman, 2001). Esto se alinea con la comprensión psicológica de cómo los rituales pueden ayudar a las personas a lidiar con la pérdida al proporcionar un marco para dar sentido a sus emociones y experiencias.

Las cinco etapas del duelo (negación, ira, negociación, depresión y aceptación), propuestas por Kübler-Ross (1969), ofrecen un marco útil para comprender el impacto psicológico de los rituales de muerte hindúes. La naturaleza estructurada de estos rituales proporciona un camino a través del cual el doliente puede navegar por estas etapas. Por ejemplo, los rituales iniciales pueden ayudar a superar la negación al enfrentar la realidad de la muerte, mientras que las ceremonias comunitarias pueden proporcionar apoyo durante las etapas de ira y depresión (Corr y Doka, 2001). Los rituales culminan en acciones que simbolizan

la aceptación y el cierre, facilitando un proceso holístico de sanación emocional.

La naturaleza comunitaria de los rituales funerarios hindúes juega un papel crucial en su eficacia psicológica. Por lo general, estos rituales se llevan a cabo con la participación de la familia extendida y los miembros de la comunidad, proporcionando una red de apoyo para los afligidos (Goyal, 2001). La experiencia compartida del duelo y la participación colectiva en los rituales fomenta un sentido de solidaridad y pertenencia, ayudando a las personas a sentirse menos aisladas en su duelo. Este apoyo comunitario es fundamental para amortiguar los impactos de la pérdida y promover el bienestar psicológico, alineándose con las teorías de apoyo social (Parry, 1994).

Los estudios a largo plazo sobre el impacto psicológico de los rituales de muerte hindúes sugieren que la participación en estos rituales puede conducir a beneficios emocionales duraderos. El proceso estructurado del duelo, combinado con la creencia en la eficacia espiritual de los rituales, ayuda a las personas a integrar su pérdida en su narrativa de vida más amplia (Bonanno, 2004). Esta integración es crucial para lograr una sensación de cierre y avanzar. Los rituales también refuerzan la identidad cultural y religiosa, proporcionando un sentido de continuidad y estabilidad frente al cambio (Bryant, 2007).

A pesar de la rica exploración de los rituales funerarios hindúes en la literatura existente, sigue habiendo una brecha significativa en la comprensión de los matices psicológicos y los efectos a largo plazo de estas prácticas según lo prescrito en el Garuda Purana. Si bien numerosos estudios han documentado los aspectos culturales y religiosos de las costumbres funerarias hindúes,

hay una escasez de investigaciones que se centren específicamente en el impacto psicológico de la lectura del Garuda Purana durante el período de luto. Además, la interacción entre estos rituales y las cinco etapas del duelo, así como el papel del apoyo comunitario y los procesos rituales estructurados en el fomento de la resiliencia psicológica, no se ha examinado a fondo. Abordar esta brecha podría proporcionar una comprensión más holística de cómo estas prácticas ancestrales continúan influyendo en el duelo moderno y la salud mental dentro de las comunidades hindúes.

## METODOLOGÍA

### Diseño de la investigación

Este estudio emplea un diseño de investigación cualitativa, integrando el análisis textual del Garuda Purana con entrevistas en profundidad a sacerdotes hindúes e individuos que han participado recientemente en ceremonias de muerte hindúes. El enfoque cualitativo es particularmente adecuado para explorar las intrincadas dimensiones culturales, religiosas y psicológicas de los rituales prescritos en el Garuda Purana, proporcionando una visión rica y contextualizada de las experiencias y percepciones de los participantes.

### Estrategia de muestreo

#### Muestreo intencional

Se utilizó un muestreo intencional para seleccionar a los participantes que tienen experiencia directa con los rituales funerarios hindúes, asegurando que la muestra sea relevante e informativa. Entre los participantes se encontraban sacerdotes

hindúes (purohits) que realizan regularmente estos rituales y personas que han perdido recientemente a un miembro de su familia y han participado en la lectura del Garuda Purana.

**1. Sacerdotes hindúes:** Se seleccionaron cinco sacerdotes hindúes de diferentes regiones para proporcionar una amplia gama de perspectivas sobre los rituales. Estos sacerdotes tienen una amplia experiencia en la realización de rituales funerarios y en guiar a las familias a través del proceso de duelo.

**2. Familiares en duelo:** Se seleccionaron quince personas que han experimentado recientemente la muerte de un familiar cercano. Estos participantes fueron elegidos para representar varios grupos demográficos, incluyendo edad, género y antecedentes socioeconómicos, para capturar un amplio espectro de experiencias.

### Análisis textual

Se llevó a cabo un análisis textual exhaustivo del Garuda Purana, centrándose en las secciones relacionadas con los rituales de muerte y el viaje metafísico del alma. Esto implicaba un examen detallado de los ritos prescritos, sus significados simbólicos y los principios teológicos subyacentes. El análisis tuvo como objetivo dilucidar cómo estos rituales están destinados a influir en el proceso de duelo y el viaje espiritual de los difuntos.

### Entrevistas en profundidad

Se realizaron entrevistas semiestructuradas a los participantes seleccionados. Las entrevistas fueron diseñadas para explorar las experiencias personales y las percepciones de los participantes sobre los rituales de muerte, particularmente la lectura del Garuda Purana. El

formato semiestructurado permitió flexibilidad, permitiendo a los participantes expresar sus pensamientos y sentimientos con sus propias palabras, al tiempo que se aseguraba de que se cubrieran los temas clave.

### 1. Guía de entrevista para sacerdotes:

1. ¿Puede describir la importancia del Garuda Purana en los rituales funerarios hindúes?
2. ¿Cómo crees que los rituales ayudan a los difuntos y a la familia en duelo?
3. ¿Qué beneficios psicológicos observa en las familias que siguen estos rituales?

### 2. Guía de entrevista para familiares en duelo:

1. ¿Puedes describir tu experiencia con los rituales de muerte prescritos en el Garuda Purana?
2. ¿Cómo afectó la lectura del Garuda Purana a tu proceso de duelo?
3. ¿Encontraste algún beneficio psicológico o emocional al participar en estos rituales?

Para el análisis de los datos de las entrevistas se utilizó el análisis temático. Este método consiste en codificar los datos para identificar temas y patrones recurrentes, que luego se interpretaron para comprender el impacto psicológico de los rituales.

### Consideraciones éticas

Las consideraciones éticas se cumplieron meticulosamente durante todo el estudio. Se obtuvo el consentimiento informado de todos los participantes, lo que garantizó que fueran plenamente conscientes del propósito del estudio y de sus derechos como participantes. La confidencialidad se mantuvo anonimizando

los datos y asegurando que la información personal no fuera divulgada. El estudio se llevó a cabo de acuerdo con las directrices éticas para la investigación con participantes humanos, garantizando el respeto y la sensibilidad hacia los contextos culturales y emocionales de los participantes.

## Limitaciones

El estudio sobre los impactos psicológicos de los rituales de muerte hindúes, específicamente los del Garuda Purana, encontró varias limitaciones contextuales. La variabilidad de los rituales en las diferentes regiones y comunidades dificultó la generalización de los hallazgos, ya que las costumbres e interpretaciones locales influyeron en las prácticas. La disponibilidad de los participantes también limitó la diversidad de perspectivas, ya que solo aquellos estaban preparados para discutir la pérdida personal la pérdida podría ser una de las causas. Además, las adaptaciones modernas de los rituales, a menudo abreviados en las zonas urbanas, afectaron la profundidad de los resultados psicológicos tradicionales. Las barreras lingüísticas afectaron la comprensión de algunos participantes del Garuda Purana, ya que dependían de las traducciones, lo que potencialmente alteró el impacto previsto del texto. La observación de solo efectos a corto plazo también restringió la comprensión de los beneficios psicológicos a largo plazo de estos rituales, mientras que la dinámica familiar en ocasiones diluyó los efectos reconfortantes de los rituales. Estas limitaciones enfatizan la necesidad de más investigaciones para capturar los impactos diversos y a largo plazo de estas antiguas prácticas en contextos modernos.

## RESULTADOS Y DISCUSIÓN

La discusión que se presenta a continuación conecta los hallazgos del estudio con los objetivos y el marco teórico subyacente. En concreto, este estudio tuvo como objetivo dilucidar el papel psicológico de los rituales funerarios hindúes, tal como se describen en el Garuda Purana, y examinar cómo estos rituales favorecen la resiliencia emocional, el duelo estructurado y el apoyo comunitario.

Los resultados de este estudio se presentan en dos secciones principales: los hallazgos del análisis textual del Garuda Purana y el análisis temático de las entrevistas en profundidad con sacerdotes hindúes y familiares de personas en duelo. La integración de estas dos fuentes de datos proporciona una comprensión integral del impacto psicológico de los rituales funerarios hindúes y el papel específico del Garuda Purana en el proceso de duelo.

### Análisis textual del Garuda Purana

El Garuda Purana ofrece una amplia guía sobre la realización de rituales funerarios, destacando su importancia para garantizar la transición adecuada del alma y brindar consuelo a los dolientes. Los extractos clave del texto ilustran su énfasis en el viaje metafísico del alma y los rituales diseñados para apoyar este viaje.

### *Purificación y guía para el alma*

El Garuda Purana afirma: "Cuando el alma abandona el cuerpo, los mensajeros de Yama, el dios de la muerte, la conducen a través de

varios reinos. La realización de los ritos prescritos garantiza que el alma no sea atormentada en su viaje" (Garuda Purana, Uttara Khanda, capítulo 5). Esto resalta el enfoque del texto en el viaje post mortem del alma y la importancia de los rituales para ayudar en este proceso. Los ritos de purificación, como la ofrenda de pinda (bolas de arroz) y el canto de mantras, tienen como objetivo mitigar los efectos del karma pasado del difunto y garantizar una transición más fluida.

### **Alivio de los pecados**

El texto enfatiza repetidamente el alivio de los pecados a través de rituales: "Mediante la realización de los ritos Shraddha y la ofrenda de agua y semillas de sésamo, el alma del difunto se libera de sus pecados y alcanza la paz" (El Garuda Purana, Uttara Khanda, Capítulo 10). Esto subraya la creencia de que la correcta ejecución de estos rituales puede reducir la carga de los pecados

del difunto, facilitando su viaje pacífico al más allá y brindando alivio psicológico a los dolientes, quienes sienten que están ayudando al alma de su ser querido.

### **Apoyo psicológico y participación comunitaria**

El Garuda Purana también destaca la importancia de la participación comunitaria en los rituales funerarios: "La familia y la comunidad deben unirse para realizar los últimos ritos, porque en la unión está la fuerza, y juntos pueden brindar consuelo y apoyo a los dolientes" (El Garuda Purana, Uttara Khanda, Capítulo 15). Esto refuerza el papel de la comunidad en el apoyo a los dolientes y enfatiza la naturaleza colectiva de los rituales funerarios hindúes, que pueden aliviar los sentimientos de aislamiento y brindar apoyo emocional.

Los hallazgos clave pueden integrarse como en la siguiente tabla 1.

**Tabla 1**

*Temas clave del análisis textual del Garuda Purana*

| <b>Tema</b>                          | <b>Descripción</b>  | <b>Extracto de apoyo</b>   |
|--------------------------------------|---|--|
| <b>Purificación y orientación</b>    | Los rituales están diseñados para guiar el viaje del alma y protegerla del sufrimiento.           | "El alma... es dirigido por los mensajeros de Yama... a través de varios reinos. La realización de los ritos prescritos asegura que el alma no sea atormentada..." |
| <b>Alivio de los pecados</b>         | Los rituales, como los ritos de Shraddha, limpian los pecados y ayudan al alma a alcanzar la paz. | "Mediante la realización de los ritos de Shraddha... El alma que ha partido es liberada de sus pecados y alcanza la paz."  |
| <b>Participación de la comunidad</b> | Enfatiza la importancia de la familia y la comunidad para brindar consuelo a los afligidos.       | "La familia y la comunidad deben unirse para realizar la extremaunción... brindando consuelo y apoyo a los afligidos".   |

## Análisis temático de las entrevistas

El análisis temático de las entrevistas con sacerdotes hindúes y familiares en duelo reveló varios temas recurrentes que se alinean con los principios delineados en el Garuda Purana. Estos temas incluyen el impacto psicológico de la participación en rituales, el alivio del duelo a través de procesos estructurados, el papel del apoyo comunitario y las creencias personales en la eficacia de los rituales. Estos hallazgos reflejan tanto los objetivos como las perspectivas teóricas sobre los procesos de duelo estructurados (Kübler-Ross, 1969) y el duelo comunitario.

### Impacto psicológico de la participación en los rituales

Los participantes informaron de manera constante que participar en los rituales prescritos para la muerte les proporcionó una sensación de estructura y control durante un período tumultuoso. Un familiar en duelo señaló: "Los rituales me dieron algo en lo que concentrarme. Me brindaron un camino claro a seguir, lo que me ayudó a manejar mi duelo" (Participante 3). Este sentimiento fue compartido por otros participantes que sintieron que los rituales ofrecían un conjunto concreto de acciones que ayudaron a mitigar las emociones abrumadoras asociadas con la pérdida. Otro participante compartió: "Cada paso del ritual me hizo sentir más cerca de mi ser querido y más en paz con su fallecimiento" (Participante 9).

### Impacto psicológico de la participación en los rituales

Los participantes informaron de manera constante que participar en los rituales prescritos para la muerte les proporcionó una sensación

de estructura y control durante un período tumultuoso. Un familiar en duelo señaló: "Los rituales me dieron algo en lo que concentrarme. Me brindaron un camino claro a seguir, lo que me ayudó a manejar mi duelo" (Participante 3). Este sentimiento fue compartido por otros participantes que sintieron que los rituales ofrecían un conjunto concreto de acciones que ayudaron a mitigar las emociones abrumadoras asociadas con la pérdida. Otro participante compartió: "Cada paso del ritual me hizo sentir más cerca de mi ser querido y más en paz con su fallecimiento" (Participante 9).

### Función del apoyo comunitario

Se destacó el aspecto comunitario de los rituales como un factor crucial para brindar apoyo emocional. "El hecho de que la comunidad se reuniera para los rituales fue increíblemente reconfortante. Me demostró que no estaba solo en mi dolor", afirmó un participante (Participante 12). La presencia de familiares y miembros de la comunidad durante los rituales ayudó a aliviar los sentimientos de aislamiento y brindó un entorno de apoyo para expresar el dolor. Un participante explicó: "El duelo colectivo y la experiencia compartida hicieron que la carga del dolor fuera más soportable" (Participante 14).

### Creencia en la eficacia de los rituales

La creencia en la eficacia de los rituales prescritos en el Garuda Purana fue un factor significativo para brindar consuelo psicológico a los dolientes. Un participante comentó: "Saber que estos rituales ayudan al alma de mi ser querido y reducen sus pecados me dio paz mental" (Participante 5). Esta creencia en los beneficios espirituales de los rituales ayudó a los participantes a sentir que

estaban contribuyendo al bienestar de su ser querido, lo que a su vez les proporcionó un sentido de propósito y consuelo. Un sacerdote señaló: "La fe en la capacidad de los rituales para absolver los pecados y ayudar en el viaje del alma está profundamente arraigada y ofrece un inmenso alivio psicológico a los dolientes" (Sacerdote 3).

Los hallazgos clave se pueden integrar como en la siguiente tabla 2.

## Tabla 2

*Principales conclusiones del análisis temático de las entrevistas.*

| Tema  | Descripción  | Ejemplos de citas de participantes  |
|---|--|---|
| <b>Impacto psicológico de los rituales</b>  | Los rituales proporcionan estructura y control durante el duelo.   | "Los rituales me dieron algo en lo que concentrarme. Me proporcionaron un camino claro a seguir, lo que me ayudó a manejar mi dolor". |
| <b>Procesamiento estructurado del duelo</b> | Los pasos secuenciales de los rituales se alinean con las etapas psicológicas del duelo, ayudando a las personas en duelo a aceptar su pérdida gradualmente.       | "Realizar los ritos paso a paso... me permitió aceptar gradualmente la realidad de la muerte de mi ser querido".                      |
| <b>Papel del apoyo a la comunidad</b>       | La presencia de la comunidad brinda apoyo emocional, reduce el aislamiento y ayuda a los dolientes a expresar su dolor colectivamente.                             | "Que la comunidad se una... fue increíblemente reconfortante. Me demostró que no estaba sola en mi dolor".                            |
| <b>Creencia en la eficacia ritual</b>       | Los participantes sintieron consuelo psicológico al creer que los rituales ayudan al viaje del alma y reducen sus pecados, proporcionando un sentido de propósito. | "Saber que estos rituales ayudan al alma de mi ser querido... me dio tranquilidad".   |

## Integración de los hallazgos textuales y de las entrevistas

En consonancia con los objetivos de la investigación y la base teórica, los hallazgos integrados subrayan la importancia de los rituales para brindar estructura y consuelo durante el duelo, en consonancia con la guía prescriptiva del Garuda Purana sobre el viaje del alma.

La integración del análisis textual del Garuda Purana con el análisis temático de las entrevistas revela una comprensión coherente del impacto psicológico de los rituales funerarios hindúes. Los rituales, tal como se prescriben en el Garuda

Purana, ofrecen un marco estructurado para gestionar el duelo, haciendo hincapié en la purificación del alma, el alivio de los pecados y el apoyo comunitario. Las experiencias de los participantes corroboran estos principios, destacando la eficacia de los rituales para brindar consuelo psicológico y ayudar en el proceso de duelo.

## Los rituales como medio de consuelo psicológico

Los rituales descritos en el Garuda Purana sirven como un medio de consuelo psicológico al proporcionar un enfoque estructurado del duelo.

El proceso paso a paso de los rituales ayuda a los dolientes a aceptar gradualmente su pérdida, en línea con las etapas del duelo de Kübler-Ross (Kübler-Ross, 1969). Los participantes informaron que los rituales les proporcionaron un sentido de propósito y control, lo que ayudó a mitigar el caos y la desorientación que a menudo se asocian con el duelo. Un participante observó: "Los rituales actuaron como una guía a través de mi duelo, brindándome algo tangible en lo que concentrarme durante un momento muy difícil" (Participante 10).

### **Alivio de los pecados y el concepto de karma**

La creencia en el alivio de los pecados a través de rituales, como se enfatiza en el Garuda Purana, proporciona un importante consuelo psicológico a los dolientes. Esta creencia está profundamente arraigada en el concepto hindú de karma, según el cual las acciones realizadas durante la vida de una persona determinan su destino en la otra vida. Los rituales se consideran un medio para rectificar los errores del pasado y asegurar un renacimiento favorable o la liberación definitiva. Los participantes expresaron una fuerte creencia en la eficacia de estos rituales, lo que los ayudó a sentir que estaban contribuyendo activamente al bienestar espiritual de su ser querido. Como dijo un participante: "Realizar estos rituales me dio consuelo porque creía que estaba ayudando al alma de mi padre a encontrar la paz" (Participante 8).

### **Apoyo comunitario y social**

La naturaleza comunitaria de los rituales funerarios hindúes, como se describe en el Garuda Purana, desempeña un papel crucial a la hora de brindar apoyo emocional a los deudos. La participación de los miembros de la familia y la comunidad en los rituales crea una red de apoyo que ayuda a las personas a afrontar su duelo. Los participantes informaron que se sentían menos aislados y más apoyados durante el período de duelo, lo que destaca la importancia de la comunidad en el proceso de duelo. Un participante comentó: "La presencia de amigos y familiares durante los rituales me hizo sentir apoyado y menos solo en mi dolor" (Participante 11).

### **Beneficios psicológicos de los rituales**

Los beneficios psicológicos de los rituales prescritos en el Garuda Purana fueron evidentes en las narraciones de los participantes. La naturaleza estructurada de los rituales los ayudó a navegar por el complejo panorama emocional del duelo, brindándoles una sensación de control y previsibilidad. La creencia en la eficacia espiritual de los rituales alivió la ansiedad existencial y brindó consuelo, mientras que el apoyo comunitario ofrecido por la familia y los miembros de la comunidad ayudó a mitigar los sentimientos de aislamiento.

Los hallazgos clave se pueden integrar como en la siguiente tabla 3.

**Tabla 3**

*Principales conclusiones del análisis temático de las entrevistas.*

| <b>Aspecto</b>               | <b>Las Perspectivas del Garuda Purana</b>   | <b>Perspectivas de la entrevista</b>  |
|------------------------------|---|---|
| <b>Estructura ritual</b>     | Los pasos prescritos ofrecen orientación y enfoque para la familia en duelo.                          | Los rituales proporcionan un proceso claro que ayuda a los participantes a manejar las emociones abrumadoras.   |
| <b>Alivio de los pecados</b> | Los rituales reducen la carga kármica del difunto, ayudando a la paz espiritual.                      | La creencia en la purificación del alma a través de rituales da a los miembros de la familia un sentido de contribución y consuelo.                                 |
| <b>Papel de la comunidad</b> | El duelo colectivo es fundamental para proporcionar fuerza emocional.                                 | La participación de la familia y los amigos durante los rituales ayuda a reducir los sentimientos de aislamiento en los dolientes.                                  |
| <b>Beneficio psicológico</b> | Los rituales son una herramienta para navegar por el duelo, alineándose con las creencias culturales. | La estructura de los rituales proporciona una forma tangible de hacer frente a la situación, haciendo que la pérdida sea manejable y ofreciendo alivio psicológico. |

## CONCLUSIÓN

Esta investigación ha aclarado los beneficios psicológicos de los rituales funerarios hindúes, tal como se prescriben en el Garuda Purana, en particular en la forma en que afectan el bienestar mental de los dolientes. Al abordar las preguntas de investigación, el estudio reveló que estos rituales brindan beneficios psicológicos específicos, ya que ofrecen consuelo y un proceso estructurado que se alinea con las etapas del duelo. Los participantes indicaron que los rituales los ayudaron a experimentar una sensación de control y progresión a través del duelo, lo que responde a las dos primeras preguntas de investigación sobre el impacto en el bienestar y los beneficios psicológicos percibidos. Además, la naturaleza comunitaria y estructurada de estos rituales se identificó como un componente vital para facilitar el proceso de duelo, brindando a los participantes apoyo colectivo y un sentido de pertenencia. Esta conexión se alinea con la

tercera pregunta de investigación y destaca el papel de apoyo de la comunidad en el manejo del duelo. Además, el estudio descubrió que los rituales del Garuda Purana reflejan las etapas del duelo, proporcionando un marco de transición que permite a los dolientes atravesar la pérdida gradualmente. La creencia en la eficacia de estos rituales para absolver los pecados y asegurar una vida después de la muerte favorable también proporciona un importante consuelo psicológico, abordando las preguntas de investigación cuarta y quinta al ofrecer a los dolientes una sensación de contribución a la paz de su ser querido. Por lo tanto, este estudio mejora nuestra comprensión de las antiguas prácticas hindúes como herramientas culturales eficaces para la resiliencia psicológica y la curación emocional. Las investigaciones futuras podrían examinar las variaciones regionales y los impactos psicológicos a largo plazo de la participación en rituales.

## REFERENCIAS

- Bonanno, G. A., y Kaltman, S. (2001). Las variedades de la experiencia del duelo. *Clinical Psychology Review*, 21(5), 705-734.
- Fowler, J. D. (1997). *Hinduism: Beliefs and Practices*. Sussex Academic Press.
- Kinsley, D. R. (1987). *Hindu Goddesses: Visions of the Divine Feminine in the Hindu Religious Tradition*. University of California Press.
- Rocher, L. (1986). *The Puranas*. Otto Harrassowitz Verlag.
- Parry, J. (1994). *Death in Banaras*. Cambridge University Press.
- Goyal, S. (2001). The cultural meaning of Hindu death rituals. En *Muerte y más allá en las religiones indias*. Munshiram Manoharlal Publishers.
- Bryant, E. F. (2007). *Krishna: A Sourcebook*. Oxford University Press.
- Das, S. (2003). Hinduismo y muerte. En *Encyclopedia of Death and Dying*. Routledge.
- Mukherjee, S. (2001). El concepto de pecado y karma en el hinduismo. *Journal of Hindu Studies*, 3(2), 45-59.
- Corr, C. A., y Doka, K. J. (2001). *Duelo anticipatorio y duelo: pérdida del mundo de las suposiciones*. Routledge.
- Stroebe, M., y Schut, H. (1999). El modelo de proceso dual para afrontar el duelo: fundamento y descripción. *Death Studies*, 23(3), 197-224.
- Rocher, L. (1986). *Los Puranas*. Otto Harrassowitz Verlag.
- Brockington, J. L. (2003). *El hilo sagrado: una breve historia del hinduismo*. Edinburgh University Press.
- Parkes, C. M. (1972). *Duelo: estudios del duelo en la vida adulta*. Tavistock Publications.
- Bonanno, G. A., y Kaltman, S. (2001). Las variedades de la experiencia del duelo. *Clinical Psychology Review*, 21(5), 705-734.
- Goyal, S. (2001). El significado cultural de los rituales funerarios hindúes. *Muerte y más allá en las religiones indias*. Munshiram Manoharlal Publishers.
- Bonanno, G. A. (2004). Pérdida, trauma y resiliencia humana: ¿Hemos subestimado la capacidad humana para prosperar después de eventos extremadamente aversivos? *American Psychologist*, 59(1), 20-28.
- Mani, V. (Trad.). (2009). *Garuda Purana*. Kashi Press.