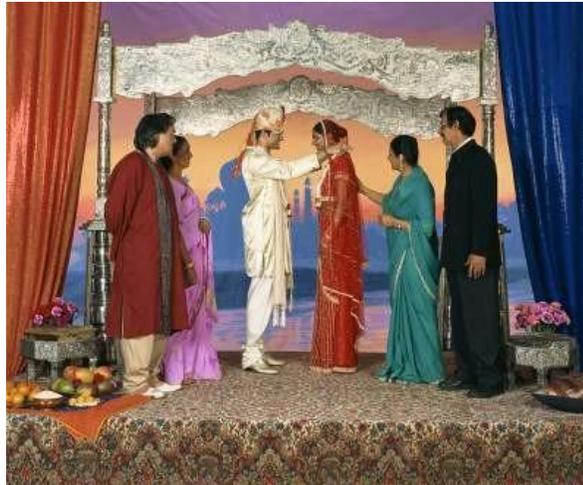


La **India** es un país muy espiritual y a su vez cuenta con maravillosas **culturas**.



## Doctrinas

Las doctrinas indias han tenido un impacto en el mundo del pensamiento. Varias de sus doctrinas teístas, así como muchas escuelas budistas e hinduistas, han tenido enorme influencia.

Pero la India también ha sido históricamente una región pionera en el desarrollo e investigación de campos como la lógica, el racionalismo, las ciencias, las matemáticas, el materialismo, el ateísmo y el agnosticismo, si bien la mayoría de sus aportes en estos campos no se conocen a nivel popular debido a que sus textos fueron destruidos durante periodos de fanatismo religioso.

Es posible que un concepto matemático complejo, tal como la idea del cero, llevado a Europa por los árabes, haya provenido originalmente de la India. La más famosa tradición atea de la India es la escuela de Chárvaka, considerada por algunos como la escuela de pensamiento materialista más antigua del mundo, que se formó en la misma época que la de las Upanishád hinduistas, así como también las doctrinas budista y jainista.

Algunos conceptos religiosos de la India fueron introducidos a la tradición griega, en especial durante la campaña de Alejandro Magno, y viceversa, llegando algunas escuelas de filosofía griega a tener similitudes con las doctrinas indias.

Además de la alta estima que se le ha tenido a las doctrinas hinduistas en la India desde tiempos remotos, la India también ha producido algunos de los filósofos más influyentes a nivel mundial, los cuales han escrito tanto en sus idiomas nativos como en inglés. Durante la ocupación británica de la India, varios pensadores, seculares y religiosos, consiguieron un alto nivel de reconocimiento, y fueron traducidos al inglés, alemán y otros idiomas. Swami Vivekananda viajó a los Estados Unidos a participar de la convención mundial de religiones de 1893, donde impresionó a los otros delegados con un innovador discurso que por primera vez permitió a los intelectuales de Occidente familiarizarse con las doctrinas hinduistas.

## Religión en la India

La India es el lugar de nacimiento de las llamadas religiones dárnicas: hinduismo, budismo, jainismo y sijismo. En la actualidad, hinduismo y budismo son, respectivamente, la tercera y la cuarta religión más practicadas en el mundo, teniendo entre ambas cerca de 1400 millones de seguidores en todo el planeta.

La India es uno de los países con mayor diversidad religiosa en el mundo, con una de las sociedades y culturas más profundamente religiosas. La religión juega un papel central y definitivo en la vida de la nación y de mucha de su gente.

El hinduismo que es la religión de más del 80,4 % de la población del país, es considerado el sistema religioso y filosófico más antiguo del mundo. El Islam es practicado por cerca del 13,4 % de la población india. Sijismo, budismo y jainismo son sistemas de mucha influencia, no solo en la India, sino en todo el mundo. El cristianismo, el zoroastrismo, el judaísmo y el bajaísmo tienen también influencia, pero cuentan con un número muy inferior de seguidores. A pesar de la gran importancia de la religión en la vida india, el ateísmo y el agnosticismo tienen también una influencia visible.

En el hinduismo, la vaca es considerada un símbolo de Áhimsa (no violencia), diosa madre y portadora de buena suerte y riqueza.<sup>32</sup> Por esta razón, las vacas son veneradas en la cultura hinduista y el sacrificar una vaca para proveerse de alimento es visto como un acto profano.<sup>33</sup>

## Matrimonios arreglados

### Una novia en la India.

Desde hace siglos la sociedad India posee una tradición de matrimonios arreglados. Aun en el siglo XXI, para la gran mayoría de los indios sus matrimonios son planificados y concertados por sus padres y otros miembros relevantes de la familia, aunque casi siempre los futuros esposos son los que brindan su consentimiento final. En el pasado, el matrimonio se realizaba siendo aun muy jóvenes los esposos, especialmente en Rajastán, pero de la mano de la modernización la edad ha ido aumentando y además se han promulgado leyes que regulan la edad mínima para poder contraer matrimonio.<sup>34</sup>

En la mayoría de los casamientos la familia de la novia provee una dote a la novia. Tradicionalmente, la dote era considerada la parte que le correspondía a la novia de la fortuna familiar, dado que una hija no tenía derechos legales sobre las propiedades de su familia natal. Además, la dote incluía valores transportables tales como joyas y bienes del hogar de los cuales la novia pudiera disponer durante su vida.<sup>35</sup> Históricamente, en la mayoría de las familias las propiedades de la familia se transferían únicamente por la línea de herederos masculina. Desde 1956, las leyes indias tratan al hombre y a la mujer en términos similares en temas relacionados con la herencia en caso de que no exista testamento legal del difunto.<sup>36</sup> Se observa un aumento del uso por parte de los indios de testamentos legales para definir las condiciones de la sucesión, en el 2004 aproximadamente el 20 % de los indios tenían testamento.<sup>37</sup>

En India, el índice de divorcio es de solo el 1 % comparado con casi el 40 % en los Estados Unidos.<sup>38 39</sup> Sin embargo estas estadísticas son limitadas, ya que no existen relevamientos rigurosos sobre el matrimonio en la India, que capturen con cierta profundidad los comentarios de ambos cónyuges. Algunas muestras parecerían indicar que la temática de los matrimonios en la India es similar a las tendencias que se observan en otras partes del mundo, y los índices de divorcio se encuentran en ascenso. Los índices de divorcio en zonas urbanas son mucho más elevados. En la India, casi el 80 % de los divorcios son iniciados por las mujeres.<sup>40</sup>

Algunos estudios recientes sugieren que en la India existe una tendencia que va en la dirección de mantener los matrimonios arreglados aunque sujetos al consentimiento (o poder de veto) de los futuros cónyuges. Banerji et al. recogieron información en 41,554 hogares en 33 estados y territorios de la India en el 2005. El estudio concluyó que las tendencias sobre el matrimonio en la India son similares a las tendencias observadas a lo largo de los últimos 40 años en China, Japón y otras naciones.<sup>41</sup> El estudio permitió concluir que muy pocos matrimonios son arreglados sin el consentimiento de los futuros esposos, y que la mayoría de los matrimonios son arreglados con consentimiento. El porcentaje de matrimonios auto-acordados por los novios (los denominados "matrimonios por amor") también se encontraba en ascenso, particularmente en las áreas urbanas. Un artículo del año 2006 indicaba que entre el 10 y 20 por ciento de los matrimonios urbanos en la India eran arreglados por los novios.

## Saludos

Namaste, saludo juntando las manos acompañándose de una sonrisa - una práctica común en la India.

Namaste, namaskar o namaskara o namaskaram (telugú, malayalam), vanakkam (tamil), nomoshkaar (bengalí), nomoskar (asamés) es un término usual de saludo o bienvenida verbalizado, aunque algunos lo consideran algo pasado de moda. El término namaskar es considerado una versión algo más formal que namaste pero ambos expresan un profundo respeto. El saludo es utilizado comúnmente en la India y Nepal por hinduistas, jainistas y budistas, muchos continúan utilizándolo fuera del subcontinente indio. En la cultura india y nepalí, la palabra es escrita al comienzo de comunicaciones escritas u orales. Sin embargo, el mismo gesto con las manos juntas es realizado en forma silenciosa al despedirse o retirarse. Tomado en sentido literal significa "Me inclino ante usted". La expresión deriva del sánscrito (namah): inclinar, sumisión, saludo reverencial, y respeto, y (te): "a usted". Tal como lo explica un intelectual indio, en términos literales namaste se refiere a que 'La divinidad que mora en mí se inclina ante la divinidad que mora en usted' o 'La divinidad que mora en mí, saluda a la divinidad que mora en usted'. En la mayoría de las familias indias, se les enseña a los jóvenes a solicitar la bendición de sus mayores inclinándose en forma reverencial ante sus mayores. Esta costumbre se denomina pranāma.

Otros saludos o bienvenidas incluyen "Jai Shri Krishna", "Ram Ram", y Sat Shri Akal (Punjabi, utilizados por los practicantes del sijismo), Jai Jinendra, una bienvenida comúnmente utilizada por la comunidad jainista y "Nama Shivaya".

## Danzas clásicas de la India

Dejen que el teatro y la danza (nāṭya) sean la quinta escritura védica. Combinadas con una historia épica, propugnarán la virtud, riqueza, alegría y libertad espiritual, alojarán el significado de cada escritura, e impulsarán todo tipo de arte.

Capítulo primero del Nāṭyaśāstra, entre el 200 a. C. y el 200 d. C.<sup>43 44</sup>

India ha tenido desde siempre un profundo interés con el arte de la danza. El Nāṭya-sastra ('el arte de la danza') y el Abhinaya-darpana ('espejo del gesto') son dos documentos sánscritos que han llegado hasta nuestros días. Se estima que datan del 200 a. C. al 300 d. C.<sup>44</sup>

El arte de la danza en la India tal como es enseñado en estos libros antiguos, según Ragini Devi, es expresión de la belleza interior y la divinidad en el hombre.<sup>45</sup> Es un arte deliberado, nada queda librado al azar, cada gesto busca transmitir ideas, cada expresión facial las emociones.

La danza en la India comprende ocho formas de danza clásica, muchas con formas narrativas de elementos mitológicos. Las ocho formas clásicas a las que la Academia Nacional de Música, Danza y Teatro de la India les reconoce el estatus de danzas clásicas son: bharatanatyam del estado de Tamil Nadu, kathak de Uttar Pradesh, kathakali y mohiniattam de Kerala, kuchipudi de Andhra Pradesh, yakshagana de Karnataka, manipuri de Manipur, odissi (orissi) del estado de Orissa y la sattriya de Assam.<sup>46 47</sup>

Además de las formas de danza formales, las regiones de la India poseen destacadas formas libres, en una tradición de danzas folclóricas. Entre las danzas folclóricas de la India es dable mencionar la bhangra de Punjab, el bihu de Assam, el zeliang de Nagaland, la chhau de Jharkhand, los qauwwalis, birhas y charkulas de Uttar Pradesh, el jat-jatin y saturi de Bihar, la odissi de Orissa, la ghoomar de Rajasthan, la dandiya y garba de Gujarat, la kolattam de Andhra Pradesh, la yakshagana de Karnataka y lavani de Maharashtra y la Dekhnni de Goa.

En épocas recientes se han adoptado formas internacionales de danza particularmente en centros urbanos de India, y se han extendido las danzas clásicas de la comunidad cristiana de Kerala, relatando historias de la Biblia.<sup>48</sup>

## Teatro

El teatro posee en la India una larga historia junto con su música y danza. Las obras de Kalidasa tales como Shakuntala y Meghadoota son algunas de las obras más antiguas, junto con aquellas de Bhasa. Una de las tradiciones más antiguas del mundo que ha sobrevivido es el Kutiyattam de Kerala que se remonta a hace 2000 años. La misma sigue en forma estricta el Natya Shastra.<sup>49</sup> A Nāṭyāchārya Māni Mādhava Chākyār se le otorga el crédito de revivir de la extinción la tradición teatral antigua. Era conocido por su dominio del Rasa Abhinaya. Él comenzó a actuar obras Kalidasa tales como Abhijñānaśākuntala, Vikramorvaśīya y Mālavikāgnimitra; junto con Swapnavāsavadatta y Pancharātra de Bhasa; y el Nagananda de Harsha.<sup>50 51</sup>

## Música

Mujer tocando un sitar, instrumento de cuerdas de India muy versátil con sonido delicado y brillante, apropiado para expresar el lento desarrollo de los ragas así como para servir a la interpretación virtuosa.

La música es una parte integral de la cultura de la India. El Natyasastra, un texto sánscrito de 2000 años de antigüedad, describe cinco sistemas de taxonomía para clasificar a los instrumentos musicales.<sup>52</sup> Uno de estos sistemas indios antiguos clasifica a los instrumentos musicales en cuatro grupos de acuerdo a cuatro fuentes primarias de vibración: cuerdas, membranas, címbalos, y aire. Según Reis Flora, esto es similar a la teoría occidental de organología. Los arqueólogos han descubierto en las tierras altas de Orissa, un litófono con 20 claves construido de basalto cuidadosamente pulido, que posee más de 3000 años de antigüedad.<sup>53</sup>

Los ejemplos más antiguos que se han preservado de música india son las melodías del Sama-veda (1000 a. C.) que todavía son cantadas en ciertos sacrificios védicos srauta; estos constituyen el registro más antiguo de himnos musicales indios.<sup>54</sup> Estos proponían una estructura tonal consistente en siete notas, las que se denominaban en orden descendente, krusht, pratham, dwitiya, tritiya, chaturth, mandra y atiswār. Las mismas refieren a las notas de la flauta, que era el único instrumento de frecuencia fija. El Sama-veda y otros textos hinduistas influyeron en gran medida la tradición musical clásica de la India, la que en la actualidad posee dos estilos distintivos: música carnática y música indostana. Los sistemas musicales de ambos tipos de música se

basan en una base melódica (denominado raga), cantada en un ciclo rítmico (denominado tala); estos principios fueron refinados en el texto Natia-sastra (200 a. C.) y el Dattilam (300 d. C.).<sup>55</sup>

La música actual de la India incluye múltiples variedades de tipos de músicas religiosa, clásica, folclórica, popular y música pop.

Las formas prominentes de música contemporánea de la India son filmi e Indipop. Filmi abarca una amplia variedad de música escrita y ejecutada en las producciones cinematográficas principalmente de Bollywood, y representa más del 70 por ciento de todas las ventas de música en el país.<sup>56</sup> Indipop es uno de los estilos más populares de música de India el cual es una fusión de folk indio, música clásica o música sufi con tradiciones musicales occidentales.<sup>57</sup>

## Pintura de la India

Los cuentos de Jataka de las cuevas de Ajanta.

Las pinturas más antiguas de la India son las pinturas en roca de época prehistórica, los petroglifos. Era común que en los hogares se pintara en la zona de la puerta de acceso o cuartos internos en los cuales se alojaban los huéspedes.

Las pinturas en las cuevas de Ajanta, Bagh, Ellora y Sittanavasal y pinturas en templos dan muestra de la preferencia por el naturalismo. La mayoría del arte antiguo y medieval de la India es hinduista, budista o jainista. Aun es posible observar un tipo de diseño fresco producido utilizando harina coloreada (Rangoli) con el cual se decora la zona de entrada de la mayoría de las casas en la zona sur de India. Raja Ravi Varma es uno de los pintores clásicos destacados de la época medieval en la India.

Entre los estilos de pintura destacados del arte de la India se encuentran el Madhubani, Mysore, Rajput, Tanjore, Mughal; mientras que Nandalal Bose, M. F. Husain, S. H. Raza, Geeta Vadhera, Jamini Roy y B.Venkatappa<sup>58</sup> son algunos de los pintores modernos. Entre los pintores de comienzos del siglo XXI, Atul Dodiya, Bose Krishnamacnahri, Devajyoti Ray y Shibu Natesan representan una nueva era del arte de la India en la cual el arte global se amalgama con estilos clásicos de la India.

## Escultura de la India

Las esculturas más antiguas de la India se remontan a la civilización del valle del Indo, donde se han descubierto figuras de roca y bronce. Posteriormente, en la medida que se desarrollaron el hinduismo, budismo y jainismo, India produjo bronce extremadamente elaborados como también tallas de templos. Algunos grandes santuarios, tales como el de Ellora fueron tallados en la roca sólida de la montaña.

Las esculturas realizadas en el noroeste, en estuco, esquisto, o arcilla, presentan una fuerte mezcla de influencia India y helenística o hasta posiblemente influencia greco-romana. Casi simultáneamente se realizaron las esculturas rosadas en sandstone de Mathura. Durante el período Gupta (siglos IV al VI) la escultura alcanzó un elevado standard de ejecución y delicadeza en el modelado. Estos estilos y otros en otras partes de la India evolucionaron conduciendo a establecer el arte clásico de la India que dio lugar a la escultura budista e hinduista de Asia del sureste y este.

## Arquitectura de la India

El Taj Mahal en Agra es considerado una "maravilla arquitectónica sin parangón",<sup>59</sup> siendo un ejemplo de la arquitectura Indo-Islámica. Una de las siete maravillas.

La arquitectura india comprende un amplio espectro de expresiones que abarcan el tiempo y el espacio, permanentemente absorbiendo nuevas ideas. El resultado es un espectro de producción arquitectónica en evolución que sin embargo mantiene una cierta continuidad a lo largo de la historia. Algunas de sus producciones más antiguas se encuentran en la cultura del valle del río Indo (del 2600 al 1900 a. C.) la cual se caracteriza por ciudades y casas cuidadosamente planificadas. La religión y la realeza no parece que hayan desempeñado un rol importante en la planificación y diagramación de estos poblados.

Durante los imperios mauria y gupta y sus sucesores, se construyeron varios complejos arquitectónicos budistas, tales como las cuevas de Ajanta y Ellora y la estupa monumental de Sanchi. Posteriormente, en el sur de India se construyeron varios templos hinduistas, tales como el templo Chennakesava (en Belur), el templo Hoysaleswara (en Halebidu), el templo Kesava (en Somanathapura), el templo Brihadeeswara (en Thanjavur), el templo de Suria (en Konark), el templo Sri Ranganathaswami (en Srirangam), y la estupa de Buda (Chinna Lanja Dibba y Vikramarka Kota Dibba, en Bhattiprolu). Angkor Wat, Borobudur y otros templos budistas e hinduistas son muestras de la gran influencia india sobre la arquitectura del sureste de Asia, ya que ha sido construidos en estilos casi idénticos a las de las construcciones religiosas tradicionales de India.

El Palacio Umaid Bhawan en Rajasthan, es una de las mayores residencias privadas del mundo.<sup>60</sup>

El sistema tradicional denominado Vaastu Shastra es la versión india del Feng Shui, influye sobre la planificación, arquitectura y ergonomía. No es claro cual de los dos sistemas es más antiguo, pero poseen ciertas similitudes. El uso del Feng Shui se encuentra más difundido por el mundo. Aunque el Vastu es conceptualmente similar al Feng Shui en cuanto a que también trata de armonizar el flujo de energía (también denominado fuerza de la vida o Prana en sánscrito y Chi/Ki en chino/japonés, por el hogar, se diferencia en cuanto a los detalles, tales como las direcciones exactas sobre como se deben ubicar los diversos objetos, habitaciones, materiales, etc.

Con el advenimiento de la influencia islámica por el oeste, la arquitectura de la India se adaptó para posibilitar las tradiciones de la nueva religión. Fatehpur Sikri, Taj Mahal, Gol Gumbaz, Qutub Minar, Red Fort de Delhi son obras de esta época, y a menudo son utilizados como símbolos o estereotipos de India. Durante la dominación colonial por parte del imperio Británico se desarrolló el estilo Indo-Saracénico, y la mezcla de varios otros estilos, tales como el gótico europeo. El Victoria Memorial o la Chhatrapati Shivaji Terminus son ejemplos de ello.

#### Indumentaria

Tradicionalmente, la indumentaria en la India varía de manera significativa entre las diferentes partes del país, y se encuentra influenciada por la cultura local, geografía, clima y establecimientos urbanos/rurales. Los estilos populares de indumentarias incluyen vestidos drapeados tales como el sari de las mujeres y el dhoti o lungi de los hombres. Las indumentarias cosidas son también populares, como por ejemplo el churidar o salwar-kameez de las mujeres, con el dupatta (bufanda larga) sobre los hombros completando el conjunto. El salwar es por lo general de dimensiones holgadas, mientras que el churidar posee un corte más ajustado.<sup>61</sup> Para los hombres, las versiones cosidas incluyen pantalones tipo pijama con kurtas y pantalones estilo europeo y camisas. En los centros urbanos, a menudo las personas usan jeans, pantalones, camisas, trajes, kurta y una variedad de otros diseños.

En sitios públicos y religiosos, la etiqueta de vestimenta india evita la exposición de la piel y vestir ropas transparentes o ajustadas.<sup>62</sup> La mayoría de las indumentarias indias están confeccionadas con algodón lo cual es ideal considerando el clima cálido de la India.<sup>63</sup> Dado que el clima de la India es caluroso y lluvioso, la mayoría de los indios usan sandalias.<sup>64</sup>

Las mujeres indias completan su sentido de moda y seducción con maquillaje y ornamentos. Son comunes las piezas de joyería tales como el bindi, mehendi, aros y pulseras. En ocasiones especiales, tales como ceremonias

matrimoniales y festivos, las mujeres se visten con colores llamativos con varios ornamentos de oro, plata u otras piedras y gemas regionales.

A menudo el bindi es una parte esencial de la decoración de una mujer hinduista. El bindi un punto de color llevado en la frente, es considerado por algunas personas una marca auspiciosa. Tradicionalmente, el bindi rojo era utilizado solo por las mujeres hinduistas casadas, y el bindi coloreado era utilizado por las mujeres solteras, pero en la actualidad todos los colores y reflejos se han incorporado a la moda femenina. Algunas mujeres se adornan con el sindoor - un polvo tradicionalmente de color rojo o naranja-rojizo colocado en la cabeza en la línea del peinado (en ciertas zonas es denominado mang). Se denomina sindoor a la marca tradicional de las mujeres hinduistas casadas. Las mujeres hinduistas solteras no llevan sindoor; como tampoco las más de 100 millones de mujeres indias que practican religiones distintas de la hinduista y agnósticas/ateístas que pueden estar casadas.<sup>61</sup>

Los estilos de indumentaria en la India han evolucionado de manera continua a lo largo de la historia del país. Los textos vedas antiguos mencionan vestimentas confeccionadas con cortezas y hojas (denominado phataka). El Rig-veda (del siglo XV a. C.) menciona indumentarias teñidas y bordadas (denominadas paridhan y pesas respectivamente) y por lo tanto muestra el desarrollo de sofisticadas técnicas de confección durante la era védica.<sup>65</sup> En el siglo V a. C., el historiador griego Heródoto describe la riqueza de la calidad de las vestimentas indias de algodón.<sup>66</sup> Hacia el siglo II, muselinas fabricadas en el sur de la India eran importadas por el Imperio romano y las telas de seda eran una de las principales exportaciones de la antigua India junto con las especias.<sup>67</sup> Las indumentarias confeccionadas mediante costuras se desarrollaron en la India antes del siglo X y se popularizaron en el siglo XV durante la penetración musulmana en la India.<sup>67</sup> Los estilos de vestimentas drapeadas permanecieron siendo populares entre la población hinduista mientras que los musulmanes adoptaron en mayor medida las piezas confeccionadas.<sup>68</sup>

Durante el Raj británico, la gran industria de vestimentas y artesanías de la India quedó paralizada para permitir entrar a los géneros británicos. Por lo tanto Mahatma Gandhi líder del movimiento independentista de la India tuvo éxito en promocionar lo que él denominó vestimenta khadi — vestidos de colores claros fabricados con textiles hilados a mano— de forma de disminuir la dependencia del pueblo indio de los bienes industriales británicos.<sup>69</sup> Los años ochenta se destacaron por una marcada y ampliamente difundida modificación de las modas de las vestimentas indias, que se caracterizó por un gran crecimiento de las escuelas de moda en la India, aumento significativo de la participación de la mujer en la industria de la moda y cambio en las actitudes indias con respecto al multiculturalismo. Estos desarrollos han desempeñado un rol importante en la fusión de los estilos de vestimentas indias y occidentales.<sup>70</sup>

## Gastronomía

Kheer es un platillo dulce tradicional de la India.

Nimmatnama-i Nasiruddin-Shahi (El Libro de las Recetas), escrito hacia el año 1500, explica el arte de preparar Kheer, un postre a base de leche: Seleccione las vacas cuidadosamente; para obtener leche de buena calidad, preste atención a que es lo que comen las vacas; dele de comer cañas de azúcar; utilice esta leche para preparar el mejor Kheer.

Yo viajo a la India de tres a cuatro veces por año. Siempre es una experiencia inspiradora. Hay tanto para aprender en la India porque cada estado es un país en sí mismo y cada uno posee sus propias tradiciones culinarias. Existen muchas cosas para aprender de las diversas gastronomías - me maravillo. Dejo mi mente abierta y me gusta explorar sitios diferentes y escoger diferentes influencias mientras me desplazo. [...] La comida india es cosmopolita y posee muchísimos ingredientes. No creo exista otra cocina en el mundo que posea tantas influencias como posee la de la India. Es un tipo de gastronomía muy rica y muy variada. Cada región del mundo tiene su propio entendimiento sobre cómo se debe comprender la cocina india.

Atul Kochhar, el primer indio en recibir dos estrellas Michelin<sup>71</sup>

La comida en la India es tan diversa como la India misma. Los preparados utilizan numerosos ingredientes, presentan una gran variedad de estilos de preparación de alimentos, técnicas de cocción y presentaciones. Desde ensaladas a salsas, desde platos vegetarianos a carnes, pasando de las especias a los sabores sutiles, y de los panes a los postres, la gastronomía india es compleja. Harold McGee, un destacado chef, afirma que «desde la inventiva que muestra en el uso de la leche como ingrediente principal, ningún país puede competir con la India». <sup>72</sup> Las especias fragantes y las salsas sedosas son elementos característicos de la gastronomía de India. Ciertos elementos tales como panes de diverso tipo, salsas, relishes y pickles complementan los platos principales de India. La comida típica de India impacta sobre casi todos los sentidos con una variedad de colores, aromas, sabores y texturas.

Algunos postres indios de entre las cientos de variedades que existen. En ciertas regiones de la India son denominados mithai o dulces. El azúcar y los postres poseen una larga historia en la India: hacia el 500 a. C., los pueblos de la India habían desarrollado la tecnología para producir cristales de azúcar. En el idioma local, estos cristales eran denominados khanda, que es la fuente de la palabra candy ('golosina', en inglés). <sup>73</sup>

### Especias

Las especias son el corazón de casi todos los platillos de la cocina india. Durante siglos los extranjeros se han deleitado con los saborizantes y aromatizantes utilizados en la India. Las especias utilizadas con mayor frecuencia en la cocina india son canela, clavo de olor, jengibre, pimienta, cúrcuma, coriandro, comino, cardamomo, ajo, hojas de laurel y pimientos. La mostaza negra, marrón y blanca como también la semilla de apio, paprika, azafrán y tamarindo también son utilizados con frecuencia. Dependiendo de la región, los platillos pueden incluir coco, ciertos tipos de nueces y cebollas. El masala es una mezcla de especias utilizada en numerosos platos principales y salsas. En la cocina de India, las especias se complementan unas a otras; y las recetas son tales que ninguna especie en particular o sabor se destaca o apaga los otros aromas.

### Platos principales

En la cocina india se suelen preparar salsas gravy que luego se sirven sobre una base de arroz y se comen utilizando panes delgados sin levadura para ensoparlos en la salsa. Un plato popular de Punjab es el dal makhani que es un gravy de lentejas y manteca servido sobre una base de arroz, otro plato usual es el sambhar elaborado con lentejas y tamarindo. Otro plato muy popular es el pollo al curry, que consiste de una salsa a base de tomate. Un plato que no utiliza gravy, es el pollo tandoori, el cual es marinado en yogurt y masala, y un plato difundido en occidente es el pollo tikka. El arroz de la variedad basmati, de grano largo y fino, es el acompañamiento de muchos platillos.

[http://es.wikipedia.org/wiki/Cultura\\_de\\_la\\_India](http://es.wikipedia.org/wiki/Cultura_de_la_India)