Budismo é uma **religião e filosofia** orientais, fundada por Sidarta Gautama, o Buda.

A**filosofia budista** é guiada pelos ensinamentos de Buda, e acredita que o caminho para a libertação está na consciência que pode ser alcançada por práticas e crenças espirituais, como a meditação.

É uma das maiores religiões do mundo, com milhões de praticantes em todo o mundo e não só no oriente.

religião budista na sua forma clássica **não é teísta**, ou seja, não possui um Deus. Buda não se acreditava uma divindade que devesse ser adorada, e sim um guia espiritual com seguidores de suas crenças e práticas.

Os budistas acreditam que a consciência física e espiritual leva à iluminação e elevação, o chamado nirvana. É o plano mais alto de consciência, onde o ser está livre da dor do mundo físico.

O Budismo também acredita que todos os seres possuem encarnações e reencarnações. Por isso o indivíduo deve ser bom a todos os seres, já que em outra vida pode-se experienciar aquela forma. Este ciclo de reencarnação é chamado de **Samsara**.

É uma religião e filosofia fundamentada nos ensinamentos de Buda, e tem aproximadamente 2.500 anos. Ela tenta condicionar a mente de maneira a levá-la à paz, sabedoria, alegria, serenidade e liberdade. O **budismo** tem por objetivo

trabalhar o espiritual do homem, pois um espírito sadio significa um corpo saudável