

ELOGIO DEL BUDISMO

(O NO TODAS LAS RELIGIONES SON IGUALES NI SE PUEDEN METER EN EL MISMO SACO).



Es la conclusión que saqué en cuanto comencé a interesarme por el budismo. Hay características que convierten al budismo en algo singular. Buda no fue un Dios ni un profeta, sino un ser de carne y hueso que ofreció a la humanidad un camino práctico para liberarse del sufrimiento sin necesidad de recurrir a ningún ser superior ni a la vida sobrenatural. Más que una religión se diría que es una manera de vivir consistente en prestar atención al momento presente, pues es lo único que existe (el pasado y el futuro son ensoñaciones de la mente), para ver así las cosas tal como son. Por otro lado no está basado en creencias sino en la comprobación y verificación personal, por lo que tiene más en común con el hecho científico que con las religiones. Se diría que es el arte de vivir felizmente con simplicidad, de manera compasiva y ética e intentando no hacer daño. Para ello Buda ofreció un sistema llamado

meditación, consistente en estudiar y cultivar la mente a fin de nos conduzca a la realización, lo cual pasa por vivir en el presente e ir diluyendo las tres raíces principales del sufrimiento: el apego, el odio y la ignorancia. Lo bueno del budismo es que también lo pueden practicar las personas creyentes, de hecho puede convertirse en una herramienta para la profundización en la fe aunque, esto hay que decirlo, Buda en ningún momento contempló la existencia de un "Creador".

HISTORIA DE BUHOZEN

Hace veinte años tuve un sueño: la posibilidad de crear en Madrid un grupo LGTB para practicar la meditación budista, que yo acababa de descubrir con mi profesor de yoga Ramiro Calle. Entendí que Buda hacía un diagnóstico certero de la insatisfacción e infelicidad crónica en que vivían los seres humanos y la sociedad en general, y que ofre-

cía un remedio práctico y una espiritualidad no excluyente hacia gais, lesbianas, bisexuales y transexuales. Se me ocurrió fundar Buzozen, que veinte años después mantiene mi idea original: ser un grupo TRANSVERSAL en el que convivimos maravillosamente personas de muy diferentes características, heteros e integrantes del colectivo LGTB. Personas ateas, agnósticas, cristianas o budistas de todas las edades y orientaciones políticas. Cuando se habla de homofobia en el seno de las religiones es justo decir que el budismo siempre ha venido acompañado por un talante de aceptación y tolerancia, muy lejos del encorsetamiento y dogmatismo de las religiones monoteístas. De hecho, la introducción masiva del budismo en occidente vino en los años sesenta de la mano de célebres gais pertenecientes a la Generación Beat. Recuerdo cuando por primera vez comenté a unos amigos la posibilidad de crear un grupo de gais budistas: su reacción fue reír o sonreír. Me pareció un buen comienzo. Hasta ahora hablar de religión en el seno de la comunidad LGTB era poner el grito en el "cielo", incomodarse, por no decir asustarse.

A mis amigos gais, por el contrario, les pareció una idea "simpática". Genial. Me puse en marcha y comenzamos a reunirnos tres o cuatro personas en mi piso del barrio madrileño de Carabanchel y ahí comenzó nuestra modesta andadura.

MOMENTO PRESENTE

Lo que no podía imaginar es que el grupo iría creciendo gradualmente hasta llegar a reunir, como actualmente sucede, más de cincuenta personas en las clases, que llevamos a cabo dos o tres veces por semana en locales céntricos de Madrid y en el Parque del Retiro durante el verano. Como persona convencida del potencial revolucionario del budismo para conformar una sociedad más justa, sana, compasiva y feliz, me pareció que las per-

sonas LGTB desengañadas con las religiones tenían en el budismo su casa. Y también las que pretendían profundizar en su particular religión.

Vivimos en una cultura de estrés generalizado, de ansiedad, de competición feroz entre personas por alcanzar el "éxito". Pessoa narró maravillosamente el "desasosiego" en que vive buena parte de la población, otros filósofos y pensadores hablan de la sociedad del cansancio, de la angustia de vivir, del miedo a la libertad... Algo tiene el budismo que lo convierten en muy atractivo a las sociedades tecnológicas y prácticas del siglo XXI, y su falta de dogmatismo lo convierten en aliado con causas como la liberación de la mujer, la igualdad LGTB, la no violencia, la ecología y otros derechos humanos por los que se lucha en las sociedades "avanzadas". Siempre que he tenido oportunidad de conversar con monjes budistas les he pedido una postura hacia la homosexualidad y siempre me han contestado lo mismo: Buda sólo mantenía que no se hiciera daño en las relaciones sexuales y que no hubiera abuso lo cual se aplicaba tanto a relaciones homosexuales como heteros, pero en ningún momento condenó las relaciones entre personas del mismo sexo.

¿Qué tendrá el budismo que lo convierte quizá en la (no)religión del futuro, atrayendo cada vez a más personas en occidente, hasta el punto de ser la libérrima ciudad de San Francisco uno de los enclaves de expansión en los años sesenta? Hasta el punto de ser la libérrima ciudad de San Francisco uno de los enclaves de expansión en los años sesenta. ¿Qué tendrá el budismo que cuenta entre sus principales referentes al anciano maestro zen Sunrui Suzuki, que una vez instalado en San Francisco prefirió como discípulos a los jóvenes hippies estadounidenses, a los gais, a los del margen del sistema antes que a la encorsetada y tradicionalista comunidad japonesa? ¿Cómo no ensalzar al gran maestro

ELOGIO DEL BUDISMO

zen Isan Dorsey, estadounidense, que fundó un centro hospicio para enfermos de sida en San Francisco cuando estos se morían por las calles, un maestro abiertamente gay que entregó su vida a los demás? ¿Acaso no sería de obligada investigación en las universidades el hecho constatado de que no se hayan producido a lo largo de la historia guerras en nombre del budismo? Cuando le preguntaban a un maestro zen qué era Buda, éste respondía: “una mierda pinchada en un palo”. En épocas de intolerancias religiosas y sociales, venía a decir que no convirtiéramos a Buda en un ídolo, era una forma de criticar el fanatismo.



¿CÓMO MEDITAR Y POR QUÉ?

He aquí la gran aportación del budismo, descubrir que sólo existe el presente pero se nos escapa de las manos mientras nos perdemos en ensoñaciones fantasiosas del pasado y proyectos agotadores e irreales de futuro. Necesitamos instalarnos en el presente, y para ello es necesario meditar, hacer a lo largo del día altos en medio de nuestras ajetreadas existencias para no perdernos en los reclamos exteriores, que tanto desasosiego e intranquilidad nos producen. Meditar para dejar a un lado la cultura de la competencia, de la lucha, del engañoso y alienante “éxito” que se nos vende a través de los medios de (in)comunicación. Para meditar de manera formal ha de encontrarse un lugar tranquilo, sentarse en una postura cómoda y enfocar la atención en un objeto claro como por ejemplo la respiración, dejando pasar los pensamientos y emociones sin enredarse con ellos, sin perseguir los agradables ni bloquear los desagradables. Luego el objetivo último es llevar la atención, a partir de una mente calmada, a todos los actos que hacemos a lo largo del día, para así disfrutar de una vida simple e ir

soltando las múltiples tareas con que a menudo asfixiamos nuestras existencias.

No sabemos si el budismo será la religión del futuro, pero al menos en el momento presente este grupo que coordino ha logrado en los últimos años en Madrid ofrecer alternativas existenciales y de ocio a la comunidad LGTB, siempre sin ánimo de lucro. Cada lunes en el barrio de Lavapiés, cada jueves en Chueca y dos domingos al mes en Tirso de Molina nos hemos reunido cincuenta o sesenta personas para compartir silencio, aquietar la mente, detenernos a mirar en nuestro interior y desarrollar así herramientas que hagan más felices nuestras vidas y la de quienes nos rodean. Poder vivir en paz, que es el gran anhelo de todo ser humano. Esperamos seguir en esto durante muchos años.

Chema Muela

Fundador de www.buhozen.org

Para contactar con el grupo, o si quieres recibir información de actividades escribe a lentocaminar@yahoo.es, o llama a Chema 628 88 98 39. También puedes buscarnos en Facebook marcando "Chema Muela" y pidiendo amistad, aceptaré encantado.