

El periple català d'un lama tibetà

El Lama Monlam ha visitat Catalunya fent conferències i una trobada amb monjos de Montserrat

DÍDAC P. LAGARRIGA
BARCELONA

La seva sola presència asserena l'entorn sense necessitat de paraules. Amb un somriure permanent i sincer, cúmul expressiu que desarma i apropa, atansa la mà a tothom que se li acosta. Camina lent, com acarant cada petit estímul que rep agraït i retorna compassiu. Menut, encorbat, de pell pansida i cap rapat, embolcat del tradicional hàbit grana i groc, Lama Monlam avança lúcid, conscient de l'expectació que genera. Amb gairebé noranta anys (va néixer el 25 de desembre de 1926), aquest tibetà exiliat al Nepal va estar trenta anys de meditació continuada en solitari després d'abandonar el monestir on havia entrat de ben petit. Els seus deixebles diuen que aquesta característica marca el fet diferencial amb lames més intel·lectuals, ja que la pràctica ascètica continuada durant tantes dècades, amb un gran esforç físic, li ha reportat una dimensió més intensa i experimentada. Una dimensió extremament subtil on cultivar el que en el budisme s'anomena bodixita, és a dir, l'actitud de beneficiar als demés tant com sigui possible.

"Sense un equivalent exacte a Occident, un lama podria ser una barreja de sacerdot, psicòleg i metge", va explicar Lama Yeshe (1935-1984) un dels lames més coneguts, precursor de la introducció del budisme tibetà a Occident durant la dècada de 1970.

Lama Monlam, però, repeteix una vegada i una altra que ell no és un lama: "El meu coneixement és escàs. Si la gent em diu lama és perquè es deixa portar per les aparences, però jo només sóc un simple monjo", assegura amb el seu rostre humil i somrient. Acostumat a tants anys de meditació en solitari, mai s'havia imaginat que arvoltaria pel món donant conferències i ajudant tant com pot a qui se li atansa. Aquest "simple monjo", lama per a tots menys per a ell mateix, va veure com inesperadament canviava la seva vida quan l'any 2002 un metge budista italià, de visita al Nepal, el va trobar gairebé moribund per les dures condicions físiques a les que s'havia sotmès, barrejades amb l'avançada edat i l'estil de vida que portava. El metge el va convidar a Itàlia, on Lama Monlam va rebre tractament i va millorar. D'aquest vincle afectiu van néixer les seves visites anuals, des de 2006, a varis centres budistes italians de l'organització internacional FPMT (Fundació per a la Preservació de la Tra-



El Lama Monlam, amb gairebé noranta anys, ha estat a Catalunya on ha ofert pràctiques de meditació i també ha fet una estada al monestir de Montserrat. FPMT

dició Mahayana), on imparteix seminaris sobre meditació.

Una visita esperada

Enguany Lama Monlam també ha visitat Catalunya convidat pel centre de meditació Tushita del Montseny (membre de la FPMT). Un periple centrat en la trobada amb els altres i el diàleg que el va portar a la Casa del Tíbet de Barcelona -on va donar una conferència el passat dimarts 20-, a Montserrat, acollit pels monjos del monestir, i al cor del Montseny, on el cap de setmana passat va oferir pràctiques de meditació a Tushita, sempre acompanyat per la seva neboda Tenzin Tsomo,

Extrem
Va passar 30 anys fent meditació continuada en solitari

de 28 anys, fidel intèrpret i ajudant.

"Tots busquem no patir, és una recerca humana. Però la felicitat mai és estable perquè mai aconseguim eliminar el patiment del tot", va dir a l'inici de la seva conferència a la Casa del Tíbet, plena de gom a gom. No es tracta, com va explicar, de parlar únicament de budisme, sinó d'entendre la ment i les emocions aflictives. Segons la seva perspectiva, som responsables, cadascú de nosaltres, d'entendre aquestes emocions, com l'orgull, l'aferrament o l'enuig, que va definir com a "veritables enemics". Va insistir també en la necessitat de desenvolupar maneres d'entendre la ment i el seu

funcionament, com el cas de la meditació, que serveix per reflexionar sobre el nostre comportament negatiu i assolir un canvi positiu. "Entendre com les emocions aflictives, que provoquen patiment dins nostre i al món, no formen part intrínseca de nosaltres és un valor molt important compatible amb totes les creences i religions", va insistir el lama, que va apel·lar a la responsabilitat de cadascú per assolir aquest canvi interior.

De Montserrat al Montseny

L'endemà, la visita a Montserrat, propiciada pel desig del lama de parlar amb aquesta comunitat monàstica, va iniciar-se amb la missa conventual, seguida per una visita guiada pel germà Carles Xavier als indrets menys concorreguts del monestir. De seguida van sorgir punts en comú, com l'últim ermità d'aquell indret, el Pare Basili, el qual travà amistat amb el Dalai Lama (una figura molt propera a Lama Monlam), i es va parlar de les trobades dins del marc del Diàleg Interreligiós Monàstic on, entre d'altres, s'havien realitzat meditacions zen a la capella més antiga d'aquest indret tan emblemàtic. L'ancià també es va sentir atret per un jardí de forta influència oriental, dissenyat pel monjo Vicenç Santamaria, admirador dels jardins zen i de l'ikebana. Després de compartir àpat amb la comunitat benedictina, va ser rebut pel prior Ignasi M. Fosàs juntament amb altres monjos, els quals van escoltar els desitjos del venerable tibetà de promoure una ètica universal que, sense deixar de banda les religions, pugui alleugerir tot el patiment que viu el món. Com a conclusió els va demanar que fessin tot el possible per treballar en aquesta direcció i, potser portat per l'emoció de la rebuda, va manifestar el seu desig de reencarnar-se en monjo d'aquella comunitat.

Els dies següents del seu pas per Catalunya, Lama Monlam va estar a Tushita, un veterà i acollidor centre budista, obert fa més de vint anys a Arbúcies, per oferir una intensa formació de meditació on hi van participar una quarantena de persones conscients de la importància de rebre els coneixements d'algú tan carismàtic com ell. Reclòs en les hores de pràctica contínua, amb una dieta austera de farinetes de civada i te, el mestre va tornar a recalcar la necessitat de treballar per la dimensió ètica sense necessitat d'erigir murs entre creences, recordant la responsabilitat que té cadascú en aquesta ingent tasca humanitària, individual i col·lectiva, on cal un esforç personal i constant per trobar les claus que ens alliberin d'unes emocions aflictives massa efímeres com per deixar que ens controlin la vida. —