



# SEXUALIDAD Y BUDDISMO

Esta vez, te invito a reflexionar, leyendo este boletín que surge de un documento enviado por una de nuestras lectoras, está basado en un artículo que proviene de la Soka Gakkai Internacional del Reino Unido escrito en 1996 por Hunter, W. & Delnevo, J. titulado "Sex, Sexuality and Gender" espero que lo disfrutes.

Las diferentes culturas y sociedades a través de la historia han tratado el tema de las conductas sexuales de muy diversas maneras, y a veces, desde la ley o la costumbre, han sancionado a aquellos que rompen los códigos establecidos. Las



normas morales se han transformado y evolucionado, catalogando siempre alguna conducta como "correcta" o "natural", quizá para ponerle sentido a un tema que no deja de confundirnos.

Dentro de los diferentes contextos culturales, el Budismo no propone reglas sobre lo que está bien o lo que está mal, no existe una lista de lo que debe o no hacerse, ni de lo que es o no apropiado en relación a la conducta sexual. Por el contrario, aquí, la responsabilidad cae completamente en cada uno de los individuos que practican esta filosofía, quienes se asumen como responsables de todo lo que ocurre en sus vidas, incluyendo la forma en que deciden vivir su sexualidad.

Sexoterapia



El Budismo enseña que debe tenerse un respeto fundamental por cada individuo y por la dignidad de la vida en sí misma, la sabiduría del comportamiento emerge justamente de la práctica, comprendiendo que cada causa que se realiza, tendrá un efecto sobre la vida de cada quién. El Budismo es profundamente no-juzgador y así, se pueden sumar socialistas, conservadores, vegetarianos, heterosexuales, homosexuales, bisexuales, hombres, mujeres y transexuales. Lo único que importa realmente, es el respeto, si uno daña a otro, no sólo le falta el respeto a ese otro, sino también a sí mismo, partiendo de la idea de que aquél, necesita de mí completamente, tal como soy, para que yo pueda cumplir con mi función única en el universo, tanto como ese otro necesita de mí.



Partiendo de que nadie es incapaz de alcanzar la iluminación, está claro que no existe lugar para la discriminación basada en el género o la conducta sexual en las enseñanzas

budistas. En términos del karma, somos quienes somos por las causas realizadas que nos llevaron a nacer en determinado ámbito cultural, con las características particulares que afectan nuestra personalidad, habilidades y capacidades físicas y mentales, y también, por supuesto,



nuestros órganos sexuales.

En el Budismo no existe el concepto de "pecado". Todas las personas son igualmente merecedoras de respeto en tanto y en cuanto se tiene el poder de utilizar la Budeidad para modificar una situación; entonces, aquel que maneja el poder a manera de vejación puede modificar su impulso de generar sufrimiento, y la "víctima", por su parte, cambiar su tendencia de ser oprimida. En este sentido, todos somos libres de usar nuestro potencial.

El Budismo carece de una lista de "mandamientos", porque considera que basar la conducta humana en reglas externas puede generar una sensación de temor a una retribución negativa de origen externo, a cargo de un "otro" que decidiría nuestro destino según nuestra respuesta al código de conducta, lo que va en contra de la filosofía de que somos los únicos responsables de todo lo que nos ocurre.



El sexo es una fuerza dominante en la vida. Después de todo es el medio de nuestra perpetuación y supervivencia y es en ese aspecto en el que muchas sociedades fundan su concepto de que la procreación es la única



función legítima de la sexualidad. Sin embargo, nuestro cuerpo también está cubierto de zonas erógenas y además, expresamos nuestras emociones a través de la sexualidad.

El Budismo ve la sexualidad como uno de nuestros deseos y no emite juicio alguno sobre las virtudes y defectos de la misma. Para el Budismo, no es ni buena ni mala, simplemente es. El hecho de que la expresión de esta sexualidad se conduzca por un camino positivo o negativo, depende únicamente de nuestro estado de vida cuando le damos curso a nuestros deseos (o cuando los reprimimos). Las personas somos diferentes, y reaccionamos de manera diferente ante circunstancias similares, dependiendo esto de un verdadero coctel de elementos, en el cual, el estado de vida es uno de los más importantes. Es por eso, también, que en el Budismo no podrían existir reglas fijas, sin contradecir su propia filosofía, las decisiones pueden ser completamente diferentes en un caso y otro, aunque desde afuera las circunstancias parezcan las mismas.

La enseñanza de esta filosofía es una lucha constante para lograr el respeto hacia uno mismo y hacia los demás.

## Med. y Sex. Mayra Pérez Ambríz

Mayra comparte que está a favor de una búsqueda constante por el respeto en todas las áreas de la vida así como en la amplitud de las perspectivas con que se mira a las sexualidades humanas.

## **PROXIMO BOLETIN:** **“ALIMENTANDO LA ESPIRITUALIDAD”**

Si deseas conocer más sobre nosotros o tienes alguna duda, puedes consultar nuestra página [www.centroliber.com](http://www.centroliber.com) o escríbenos a [centroliberhgo@centroliber.com](mailto:centroliberhgo@centroliber.com)

El lector es el único responsable del uso de las ideas, conceptos y contenidos que este boletín semanal propone en su información. Si deseas darte de baja envía un correo con asunto "baja boletín".

Texcoco

Hidalgo

D.F.



Centro  
**Liber**

*Aprendizaje y Crecimiento Trascendente*

**Psicología, Tanatología y Sexología**



*Disfrutando del placer al máximo...*

Netzahualcóyotl #9. Int. 2 Col. Centro Texcoco, Edo. Méx.

[sexypopss@hotmail.com](mailto:sexypopss@hotmail.com)

01(595)9550613