

## Un perfecto objeto de refugio

### Lama Thubten Yeshe



¿Cuántas diferentes religiones hay en el mundo hoy en día? No estoy criticando, solo observen cuántos seguidores tienen ellas y cómo estas personas practican su religión ¿Qué tipo de refugio toman? Revísenlo.

Olvídense de los materialistas, que no han descubierto religión alguna: ellos solo se refugian en las cosas materiales. Pero aún las personas religiosas, que tienen un poco más de comprensión, ellas también toman refugio de formas ridículas. Por ejemplo, las estatuas del Señor Buda son objetos materiales: si tomamos refugio en ellas, también nosotros tomamos refugio en cosas materiales.

Muchas personas son así: no entienden que solo la luz de la sabiduría puede elevarlas hasta el estado de la liberación, del nirvana, de la salvación o como quieran llamarlo, y en cambio toman refugio en meros átomos. Estas personas también se involucran en muchas prácticas, como en Nepal donde muchas personas creen que su religión dice que deben sacrificar animales para los dioses, y en determinadas fechas llegan a matar hasta 100.000 seres sintientes en un solo día. Las calles se cubren de sangre, tanta que si caminaran por allí podrían resbalarse y caer en medio de la sangre. Esto está tan mal... He visto en televisión que hacen cosas semejantes en África: sacrifican un animal y vierten su sangre en la deidad para apaciguarla. Esos puntos de vista equivocados y esos caminos errados hacen que arruines tu vida.

No estoy siendo crítico con otras religiones, solo trato de señalar lo que la realidad nos muestra: si te involucras en prácticas como esas, estás llevando un estilo de vida equivocado. Tenemos derecho a explicar cómo son las cosas. Decir que una cosa está bien y que otra está mal no es ser crítico. Si teniendo una mente sesgada y confundida dijeras “mi religión es mejor que la tuya, la tuya solo es un error”, eso se puede llamar ‘ser crítico’, pero si partes de discriminar las cosas con sabiduría y muestras la diferencia entre una acción errada y una correcta, eso es algo totalmente distinto.

En los países budistas sucede algo similar. La gente sencilla y que no ha tenido educación toma refugio con el acto de ir a un templo y juntar sus manos a la altura del corazón. Esa es la forma en que ellos toman refugio: prenden velas, hacen postraciones y rezan fervientemente por algo, pero no entienden cómo sus acciones cotidianas pueden llevarlos a la liberación o al estado de total budeidad y los demás logros del camino.

La ventaja de haberse criado en occidente es que ustedes reciben una buena educación y un buen entrenamiento intelectual. En general, a las personas que vienen de familias comunes en Oriente no se le enseña a pensar, y esto hace que tomen refugio de la manera más simple de todas. Los occidentales son muy inteligentes, saben comunicarse bien y pueden analizar todas las religiones del mundo. Eso es bueno: pueden tener una perspectiva amplia en vez de limitarse a un fragmento pequeño de todo eso.

Al revisar todo el rango de posibilidades, puedes ver cuán valioso es tomar refugio en las altísimas cualidades de Buda, en la sabiduría del Dharma y en el apoyo de la Sangha, tus amigos de Dharma que te dan un buen ejemplo y te ayudan en tu práctica.

Es valioso tomar refugio en aquello que de verdad puede liberarte: tienes que entender eso. De otra manera, verás a las personas tomar refugio en el Sol, en la Luna o en alguna otra cosa del cielo. Las personas miran al firmamento y, pensando que Dios está allí arriba, juntan sus manos y lloran diciendo “por favor ayúdame”. Miran hacia el cielo suplicando por la ayuda de Dios, pero aquí en la tierra se enganchan con acciones ridículas, esperando que Dios baje hasta aquí y le diga “hijo mío, ven a mí”. Dios no puede guiarte de ese modo, es imposible.

Sin embargo, tomar refugio en las cualidades del Señor Buda y en la sabiduría del Dharma no es un acto de sectarismo político, como si dijeras “ahora pertenezco al partido budista”. Ten cuidado, es fácil desarrollar esa actitud al tener apego por tus propias ideas. Tú piensas “me gusta la filosofía budista, ahora pertenezco a su partido”, y miras por encima del hombro a los demás. Te pones a mirar por encima del hombro a los demás, pero no miras qué hay dentro de ti.

La filosofía del Señor Buda de hecho es un camino a través del cual entramos en relación con nuestra vida cotidiana. Es una barca para cruzar el río de los engaños, un ascensor para llegar a las alturas de la paz definitiva. Su propósito es llevarnos más allá de los engaños y lograr que nuestra mente sea feliz y saludable: es por esto que tomamos refugio, esta es la razón de que practiquemos el Dharma. Pon cuidado en que ese sea tu propósito también.

Las enseñanzas del Señor Buda son algo increíble ¡Son demasiado! Puedes ver cómo ellas pueden elevarte, pero cuando las escuchas o intentas ponerlas en práctica tus antiguas concepciones las tiñen con su propio sabor. Es como cuando cocinas un ponqué y le agregas este sabor o aquel. De modo semejante, el Dharma tiene un significado puntual, pero tú le agregas un sabor distinto: Buda quiere decir esto, pero tú haces que sea otra cosa. Es muy difícil actuar de forma pura y tener una comprensión correcta de la realidad.

Sin embargo, es algo que vale la pena, vale muchísimo la pena solo descubrir esto, en vez de estar explorando fuera de ti de modo supersticioso, buscando la felicidad allí: hay algo muchísimo mejor que el mundo material y lo puedes encontrar dentro de ti. Al descubrir esto y decidir buscar la felicidad dentro de ti en vez de hacerlo allí afuera, tomas refugio en la sabiduría del Dharma y en el conocimiento del Buda, sabiendo que si actúas de forma coherente con ese conocimiento tú también puedes alcanzar ese nivel de comprensión y volverte un Buda tú mismo.

Por esta razón practicamos el método yóguico de Gurú Shakyamuni. Normalmente tenemos una mente dualista que nos dice: “Buda está allí arriba, y yo estoy aquí abajo y no soy nada”. El yoga del Gurú salva esa distancia: Buda Shakyamuni se disuelve en nosotros y nosotros nos unificamos con él. Al entrenarnos de este modo destruimos a la mente dualista.

Debemos ser abiertos y honestos con nosotros mismos, aceptando que, durante incontables vidas, y aún durante toda esta vida, hemos estado tomando refugio en el mundo exterior ¿Cuál ha sido el

resultado? Confusión y apego ¿Quién tiene el poder de liberarnos de todo esto? Solo el Buda y su conocimiento de la sabiduría: a través de su profunda sabiduría, él es el único que puede mostrarnos la realidad de qué y quiénes somos.

Y claro, no solo se trata de nosotros mismos: no somos los seres que más sufren entre todos. Todos los seres sintientes que han sido nuestras madres están en la misma situación: buscando satisfacción en el mundo exterior con una actitud equivocada, y teniendo experiencias miserables como resultado. Aunque todo lo que buscan es ser felices, debido a que usan un método equivocado, terminan en la situación más miserable de todas. Así pues, debemos generar compasión también por estos seres.

El señor Buda, el mejor médico de todos, es un perfecto objeto de refugio porque tiene un conocimiento perfecto. Generalmente, los médicos mundanos ni siquiera se aproximan a algo así: no pueden ver nuestra naturaleza interior, ni cómo evolucionan nuestros engaños, ni cómo alcanzar la liberación del sufrimiento, de modo que no pueden guiarnos en nada de eso. El Señor Buda puede, y lo hace de forma muy clara.

El Buda tiene compasión universal y no discrimina entre los seres. Por ejemplo, digamos que mi querida esposa me ama y que yo la amo a ella... claramente nosotros discriminamos a las personas con las que tenemos relaciones de las demás. La compasión del Señor Buda, sin embargo, es no-dual: podemos confiar completamente en su compasión universal. No podemos confiar en alguien que es egoísta, en alguien inequitativo, que tiene sesgos: una persona así claramente no es un perfecto objeto de refugio, no es completamente confiable.

El Señor Buda, con su conocimiento y su compasión universal, nos muestra la luz del Dharma de forma totalmente clara. Esto de hecho es una medicina, y a través de ella puedes hacer realidad la luz de la sabiduría dentro de ti mismo. Es posible.

Así que piensa: “A partir de este momento y hasta que alcance la iluminación completa, por siempre tomo refugio en el Buda, en el Dharma y en la Sangha.”

La forma más profunda de hacer esto es teniendo una compasión enorme por todos los seres vivos del universo, sin sesgos por nuestra familia y nuestros amigos. Esta forma es un método increíblemente poderoso para el punto de vista fanático y esquizofrénico de la mente que está poseída por los engaños.

*Charla dada en el Instituto Manjushri, en Inglaterra, en septiembre de 1976. Publicada originalmente en inglés en [lamayeshe.com](http://lamayeshe.com). Traducida al español por Felipe Ángel. Permisos de traducción y difusión dados por Lama Yeshe Wisdom Archive para el Centro Yamantaka.*

*From the Lama Yeshe Wisdom Archive: <https://www.lamayeshe.com/article/perfect-object-refuge>*