

Las Tres Joyas

Existe en el budismo una profesión de fe que consiste en tomar “refugio”. Nos refugiamos en estas tres joyas, raras y preciosas, para liberarnos de la ignorancia y para protegernos del dolor y las adversidades.

Cuando se prepara un té, todos utilizamos agua para su preparación, puesto que sin ella es imposible; pero a esta *agua* también se le puede llamar *water* (en inglés), o *chu* en tibetano. Sin embargo, independiente cómo le llamemos su esencia es la misma. No importa de qué té se trate, cuál sea su nombre, éste necesita como base el agua. Análogamente, todo camino espiritual cuenta como base de tres joyas: un Maestro, una Enseñanza y una Comunidad que sigue y practica estas enseñanzas. En particular, en el camino budista, también se cuenta con tres joyas, valiosas, preciosas y muy poco común: el *Buda*, el *Dharma* y la *Sangha*. En el budismo utilizamos estas palabras en sánscrito para referirnos a las tres joyas, pero en tibetano son *Sang gye*, *Cho* y *Gedun*.

Toda joya tiene como característica especial ser algo muy valioso y muy poco común, y por tanto se trata de algo muy importante. En un camino espiritual y, en particular, en el budismo son muy importantes, más valiosas que cualquier joya material. Es el mayor refugio que existe en nuestras vidas y el único que puede salvarnos de los sufrimientos;

se trata del refugio supremo, la joya que puede cumplir todos los deseos de los seres.

En su libro “La Mente: un precioso diamante”, el maestro Drupon Dorje describe las tres joyas de una forma didáctica y muy atinente a la realidad humana actual. Supongamos que estamos enfermos. En primer lugar, necesitamos un doctor que diagnostique qué enfermedad tenemos, luego necesitamos la medicina para que alivie y cure la enfermedad, y finalmente, un enfermero o terapeuta que nos ayude a superar la enfermedad. Asimismo, en nuestra vida real, sin diferencia (gente rica, gente pobre, sabios ignorantes, etc), todos estamos enfermos, contaminados por los venenos mentales (la ignorancia, el apego, la ira, el ego y la envidia). Todos sufrimos por la misma causa. Las tres joyas representan el doctor (el Buda o Maestro), la medicina (el Dharma o la Enseñanza) y el enfermero o terapeuta (la Sangha o comunidad donde se siguen y practican estas enseñanzas).

Por lo tanto, el Buda representa al gran médico, el Dharma a la gran medicina y la Sangha representa al enfermero o terapeuta. Estas tres joyas permiten despertar y reconocer las joyas que habitan en nuestro interior.

Con respecto a las tres joyas, es posible hacer, según la filosofía budista, una analogía con las tres dimensiones de un ser humano: el *cuerpo*, la *palabra* y la *mente*, las cuales son las puertas por las cuales contaminamos nuestra naturaleza búdica (naturaleza pura). Esto es, a través de las acciones puras del cuerpo, no provocan daño alguno, sólo permitirán beneficio a sí mismo y a los demás, lo que es equivalente a la Sangha. Mientras que la palabra pura e iluminada, se relaciona al

Dharma, y al Buda, se le relaciona a la consciencia iluminada, a la mente pura. Como el Buda, el Dharma y la Sangha son joyas que están en nuestro interior, en nosotros mismos, de momento, son como un metal precioso que está en bruto u oxidado, es decir, sólo necesita ser pulido para que florezca todo su resplandor y belleza.

Por otra parte, en el mundo externo, cualquier joya o piedra preciosa, son objetos ilusorios. En algún momento, se puede transformar, romper o desaparecer. Entonces, tarde o temprano, todo cambiará o terminará, incluso nuestra vida, pero no así nuestra consciencia y nuestro karma.

Al morir no podemos llevarnos nuestros bienes u objetos materiales, sólo nos llevamos nuestro karma que generamos a cada momento, sea positivo o negativo. Este karma es como la sombra de YO.

Mientras exista el YO, existirá la dualidad, y mientras exista la dualidad existirán los venenos mentales (apego, ira o el odio), mientras exista el apego y el odio, existirá el karma, el Samsara, los sufrimientos.

Por lo tanto, las joyas externas, más que ayudarnos, nos dañan, porque más riquezas poseamos y acumulemos, aumentaremos el apego, el ego, la competitividad, la envidia, el miedo, etc. Entonces, es mejor acumular joyas internas tales como el amor, la comprensión y la sabiduría.

Profundicemos en cada una de las tres joyas.

1. El Buda

En sánscrito *Buda*, en tibetano *Sang Gye*. Sang significa la purificación completa de los oscurecimientos emocionales, cognitivos o sutiles de la mente. Gye significa las dos sabidurías, (la sabiduría que conoce la naturaleza de las cosas y la sabiduría que ve todo lo conocido) la naturaleza de todos los fenómenos internos y externos. Entonces, el significado de Sang Gye es estar completamente libre de todos los venenos, oscurecimientos y el conocimiento de las sabidurías.

Buda es una de esas figuras llamadas “universales”. Y uno de los arquetipos del “sabio” más reconocibles y loados. Aunque el Buda nunca pretendió fundar ningún *ismo*, nadie pone en duda que sin su personalidad el fenómeno que llamamos “budismo” no existiría.

La primera joya del budismo es, no obstante, más polifacética de lo que aparenta a primera vista. Al menos, dos niveles de significado convergen en ella. En primer lugar, “el Buda”, remite a Siddhartha Gautama, un príncipe indio que vivió en las regiones del Valle del Ganges hace unos 2.500 años y partió en la búsqueda de la sabiduría. En segundo lugar, remite a “Shakyamuni” o el Buda histórico, el sabio del clan shakya, desde el momento en que Gautama “despertó”.

Esta amplitud de significados es común en esta clase de figuras. Por ejemplo, otro símbolo universal es Jesús y para sus seguidores es a la vez un hombre (Yehosua), el Mesías (el Christós) y Dios a semejanza del hombre (Jesucristo).

Buda, mucho tiempo atrás, tomó los votos de bodhisattva (cualquier persona que se embarca y compromete en el camino del despertar) para el beneficio de los seres. Luego practicó la acumulación de mérito y sabiduría durante mucho tiempo. Finalmente, permaneció en la absorción meditativa del amor, la compasión sin límites y aunque

experimentó muchos obstáculos (maras), con el poder de su meditación dominó y alcanzó el despertar completo, es decir, la iluminación.

Buda no fue un Dios, ni un ser especial, fue un ser humano al igual que nosotros que compartió su sabiduría y el camino para que todos los seres pudieran alcanzar su mismo estado de la iluminación.

El Buda es el gran guía, el gran maestro, que conoció el camino de la felicidad, en nuestro ejemplo descriptivo, el gran doctor que descubrió el origen de la enfermedad de cada ser.

Es importante tener presente que cuando seguimos un guía espiritual, debemos examinar bien sus cualidades, si seguimos a un guía que no está calificado, su Dharma tampoco estará iluminado y a través del camino que nos conducirá nunca alcanzaremos la felicidad. Además, el camino del Buda no debe ser seguido con una fe ciega, sino una fe o una confianza basada en la profunda comprensión de lo que estamos siguiendo, basada en la sabiduría. En otras palabras, cuando realmente conocemos y comprendemos las cualidades de Buda, nacerá una fe que implicará una confianza indiscutible.

¿Por qué tendríamos que tener fe o confianza en el Buda? Porque Buda se libero del sufrimiento absoluto y, en consecuencia, tiene el potencial de guiar, refugiar y protegernos; es un gran maestro, un gran orientador en el camino de la iluminación o liberación del sufrimiento absoluto.

En conclusión, tomar refugio en el Buda significa que debemos estudiar sus enseñanzas y poner en práctica todo aquello que hace posible despertar nuestro potencial. Cuando finalmente despertemos, seremos un Buda y podremos refugiarnos en nosotros mismos.

2. El Dharma

La segunda joya de budismo es el Dharma (en sánscrito), en tibetano Chö, que significa la palabra iluminada de un ser que despertó, como el Buda, es decir, el Dharma es la enseñanza iluminada.

Cuando hablamos de Dharma, no sólo nos referimos a las enseñanzas entregadas por Buda, ni nos referimos sólo al budismo. Dharma es una palabra en sánscrito que tiene a lo menos diez significados: Fenómenos, el Camino, Nirvana, Mente, Objeto de mente, Mérito, Vida, Enseñanza, Visión del futuro, Tradiciones espirituales.

Para los sabios de la India antigua, el Dharma o, mejor, su encarnación anterior, el *Rita*, expresaba el orden del cosmos, la armonía natural de las cosas. Por el *Rita* fluyen los ríos y se suceden las estaciones. Se trata de un bello concepto cosmológico, próximo al chino *Dao* o al egipcio *Maat*. Bastantes corrientes budistas comparten este significado y entienden también el Dharma como “lo que sostiene” como el orden inmanente del universo, en su significado más elevado “la realidad en sí misma”. Entonces, el Dharma tiene que ver con la realidad que nos sostiene en la liberación del sufrimiento. El Dharma es nuestra propia realidad, nuestra naturaleza.

Algunos aspectos importantes a considerar:

- El Dharma no es una cultura, es un camino.
- El Dharma no es una religión, es la verdadera filosofía de la vida.
- El Dharma no es una creencia, es el razonamiento de la mente.
- El Dharma no es solo budista, es para todo el universo.

El Dharma no es sólo el antídoto para los venenos mentales, es el antídoto de todos los sufrimientos. Quien vive con el Dharma tendrá una vida digna y significativa, al igual que en el momento de la muerte.

Nagarjuna dijo “El Dharma es la mejor alimentación de la mente, el Dharma ofrece al mundo un gran gozo”. Si todos los seres del mundo tienen gran gozo en esta vida y en las vidas futuras, no se engañarán a sí mismo y los demás.

Existen dos tipos de Dharma: Dharma Sutra, el que se manifiesta a través de la escritura, y el Dharma Tantra, que se manifiesta a través de la experiencia.

El Dharma Sutra, se refiere a las 84.000 enseñanzas que dio Buda y que están escritas.

El Dharma de experiencia no es sólo escritura ni teoría, sino que a partir de las enseñanzas de Buda, cuando se estudian en profundidad y se medita en ellas, surge una experiencia personal de verdadera comprensión de la naturaleza de la realidad, tal como es. Este Dharma es el más importante, así como la historia de Milarepa, quien alcanzó la budeidad en una sola vida, comprendiendo y realizando completamente la naturaleza de sí mismo y de la realidad, a través de la práctica del Dharma, a través de experimentar el Dharma.

Recordando el ejemplo inicial, el Dharma es la gran medicina, que permite sanar las enfermedades de la mente, tanto emocionales como físicas. Si tenemos una medicina frente a nosotros, pero no la tomamos, está medicina jamás podrá ayudarnos, la medicina no entrará en nuestra boca por sí misma, somos nosotros quienes debemos actuar, en este caso practicando el Dharma; sin práctica, jamás nos liberaremos de los sufrimientos, del Samsara, no importa cuánto Dharma tengamos

frente a nosotros. Practicar el Dharma no significa ir a un lugar particular, como un templo budista o ir los domingos a la iglesia. Porque el Dharma verdadero no es algo externo, no se trata de hacer ofrendas o repetir mantras.

La práctica del Dharma debe acompañarnos en nuestra vida diaria, en nuestra casa, en nuestra familia, nuestro trabajo, puesto que el Dharma verdadero es vivir con amor, compasión y consciencia. Si conseguimos mantenernos en el amor, la compasión y la consciencia diariamente; entonces cada situación de la vida se transforma en sabiduría de Dharma y podremos llevar un camino de felicidad, se extingue el sufrimiento y surge la sabiduría.

El Dharma de Buda no es un sistema de creencias ni una tradición. Son pocas las personas que conocen en profundidad el verdadero camino del Buda, dando importancia a cuestiones externas, sin trabajar realmente el interior, la mente. Algunas personas, al incrementar su ego siguiendo el budismo, aumenta su arrogancia, se incrementan los venenos. Cuando esto ocurre, es mejor no seguir el camino del budismo. En su libro, el maestro Drupon Dorje cuenta que una amiga le dijo; “maestro, estuve practicando en una comunidad budista, pero la actitud de las personas que asistían era de mucha arrogancia, ¿por qué sucede esto?”. El maestro le dijo; “esto ocurre cuando no se comprende el Dharma verdadero.

El maestro Gampopa dijo que si no se comprende bien cómo practicar el Dharma, este mismo Dharma puede ser la causa de caer en los reinos inferiores, y de esta manera ser la causa de enormes sufrimientos.

3. La Sangha

La tercera joya del budismo es el Sangha (en sánscrito), en tibetano Ge Dün. Literalmente, significa “asamblea”, “comunidad”. En un principio, se utilizó para nombrar a grupos de (como mínimo cinco) *shramanas*.

En un sentido restringido, la Sangha se refiere a la comunidad monástica budista; a cerca del millón de monjes (*bhikshus*) y monjas (*bhikshunis*) que aproximadamente existen hoy en el mundo. Este es el sentido más común en los textos clásicos y el implícito en el budismo antiguo. Los monjes y monjas son quienes prolongan una cadena de transmisión que se remonta al Buda. El Dharma nos llega a través de la Sangha, la comunidad monástica que, en teoría, vive en concordancia con la enseñanza. Pero en su sentido amplio, la Sangha incluye también la comunidad de practicantes y fieles budistas; o sea, a los seguidores laicos (*upasakas*) y laicas (*upasikas*). Ellos y ellas también constituyen la comunidad de los “nobles” a quienes fueron dirigidas las enseñanzas.

Existen dos tipos de Sanghas: La Sangha superior y la Sangha inferior. La Sangha superior es la de los bodhisattvas, que se han dado cuenta de la vacuidad directamente de su sabiduría, y a quienes en su compasión, les importan todos los seres como el amor de una madre a su único hijo.

La Sangha inferior se refiere a todo seguidor del camino espiritual, es la asamblea de los practicantes del Dharma. Y se les llama inferior porque aún se encuentran en el Samsara, en su proceso de evolución.

Actualmente, Sangha se refiere a una comunidad que aspiran a la acción virtuosa que beneficia a todos los seres y que tratan de incorporar el Dharma en sus vidas diarias. Quienes participa de una Sangha, están evolucionando conscientemente para convertirse en

Budas. Sangha es un compañero de camino, un hermano. La Sangha representa a un enfermero o terapeuta que ayuda al paciente cuando está enfermo, ya que cuando una persona está enferma, se encuentra muy débil, sin fuerzas en su cuerpo, entonces necesita apoyo para ir al médico y tomar su medicina. Lo mismo ocurre cuando recién se comienza en el budismo, no se tiene aún una estructura de conocimientos ni una práctica. Es como estar muy débil, como si fuesen niños; porque es muy difícil practicar en soledad. Si entramos en una comunidad como la Sangha, esto será un apoyo para fortalecer la práctica del Dharma. Cuando se tienen dudas, se puede preguntar, discutir, reflexionar, etc. Aumenta la motivación porque todos siguen la misma visión y camino.