

Nel sentiero Vajrayana considerare il maestro come la fonte di tutte le benedizioni e degli insegnamenti è un fattore rilevante e pregnante rispetto agli altri sentieri: deve quindi essere ritenuto degno di lode, rispetto, fiducia ed onore.

Vi sono molti testi che indicano e specificano le qualità del rapporto guru-discepolo.

Normalmente questa relazione prevede come livello base la “Presa di Rifugio”.

Ma in cosa si prende rifugio ?

Il maestro insegna: “nel Buddha, nel Dharma e nel Sangha”, ossia nei tre rari e sublimi, o come si dice normalmente “nei 3 Gioielli”.

Il rifugio è quindi inteso come impegno : “voglio essere come il Buddha, realizzare ciò che il Buddha ha realizzato, ottenere la suprema Illuminazione per il beneficio di tutti gli esseri”.

E' una decisione personale che unisce il riporre la propria fiducia nei Tre Gioielli con il proposito di non danneggiare nessun essere senziente, ma aiutarlo nel cammino verso il risveglio.

Il rifugio nei 3 Gioielli rappresenta quindi non solo un mezzo per percorrere il sentiero verso l'illuminazione, ma è un aiuto che ci viene dato dai Buddha compassionevoli, un rifugio che possiamo prendere per evitare confusioni ed oscuramenti.

La mente dell'illuminazione è già presente in noi, ma ciò nonostante siamo incapaci da soli di perseguire il pieno “obiettivo”: come dei bambini che sono interamente dipendenti dalla madre, senza una fonte di rifugio perfetta anche noi non saremmo in grado da soli di percorrere il sentiero verso l'illuminazione.

Prendere **rifugio nel Buddha** significa cercare, al di fuori della nostra situazione limitata, qualcosa che ci possa fornire tale fonte di rifugio.

Prendere **rifugio nel Dharma** comporta due aspetti:

- Uno positivo, per cui si riconosce il Dharma come un sentiero estremamente benefico, che va seguito nello studio e nella pratica con il massimo impegno.
- Uno proibitivo, per cui va eliminata dalla nostra vita qualunque azione che sia causa di dolore o di sofferenza per noi e per gli altri

esseri, e va invece sviluppato l'approccio gentile e non violento verso gli altri in tutto ciò che facciamo.

Anche prendere **rifugio nel Sangha** comporta due aspetti:

- Uno positivo, per cui si sviluppano i legami positivi con la comunità del sangha, si ascoltano e si seguono i consigli ricevuti dai maestri, dai guru, dai monaci e dagli amici spirituali.
- Uno proibitivo, per cui non si ascoltano le tendenze negative, non ci si lascia influenzare da coloro che esprimendo una mente confusa possono allontanarci dallo sviluppo spirituale.

Oltre ai voti di rifugio, ve ne sono altri anche per i laici che vengono chiamati "i cinque precetti".

Essi sono:

- Il voto di astenersi dall'uccidere
- Il voto di non rubare, ossia di non prendere ciò che non viene dato
- Il voto di fedeltà sessuale
- Il voto di non mentire
- Il voto di non usare sostanze intossicanti.

L'importante nel prendere un voto è farvi fede e mantenerlo coscientemente per tutta la vita: i voti vanno quindi presi solo se ci si sente in grado di mantenerli veramente.

Anche un solo voto, fatto e osservato con purezza, è fonte di grande beneficio ed è una cosa estremamente positiva.

Il prendere rifugio è un potenziamento simile a un seme: immaginando che corpo, parola e mente del discepolo siano come un terreno fertile, i semi impiantati in questo terreno cresceranno e daranno certamente frutto. Quando un maestro qualificato conferisce il potenziamento ad un discepolo che è pronto, aperto e devoto, è come se il terreno venisse lavorato, non più duro e sterile, ma ricettivo e pronto ad accogliere il seme.

La devozione garantirà che il seme piantato cresca e fruttifichi.