

# Sermones

---

## Palabras amables - *Aigo* 愛語 por el Rev. Daigaku Rummé, parte 1

---

La expresión "aigo" (*priyavacana*) es un antiguo término budista que se originó en la India. No obstante, en la Sotoshu nos resulta más familiar la referencia que figura en el texto *Bodaisatta Shishobo* escrito por Dogen Zenji. *Bodaisatta Shishobo*, significa "Los cuatro métodos integradores de un Bodhisattva" y es el nombre de uno de los capítulos de su obra maestra: el *Shobogenzo*. "Aigo" significa literalmente "palabras amables y afectuosas"; incluso algunos pueden traducirlo como "palabras amorosas". Podemos aceptar que la mayoría de los japoneses no ha leído el *Shobogenzo*. Sin embargo, todos los japoneses que estén relacionados con la Sotoshu conocen el *Shushogi* ("El significado de práctica y realización"). El *Shushogi*, escrito por Ouchi Seiran a principios del siglo XX, es un compendio de citas extraídas del *Shobogenzo* que forman un sutra principalmente dirigido a los laicos. El *Shushogi* consta de cinco secciones. La cuarta sección se titula "El voto de beneficiar a todos los seres.", y en su mayor parte es una cita directa extraída de "Los cuatro métodos integradores de un Bodhisattva". La mayoría de la gente ha conocido las enseñanzas sobre "Aigo" impartidas por Dogen Zenji en este contexto. Tanto si optamos por la traducción "palabras amables" o por "palabras amorosas", la mayor parte de la gente no considera que estos conceptos tenga relación específica con la religión budista. Los entienden más bien como conceptos éticos que pueden encontrarse en cualquier cultura o religión. ¿Qué importancia reviste entonces este término en el budismo? ¿Qué quiso decir Dogen Zenji con este término? Preguntas para las que no puedo prometer una respuesta. Sin embargo, me gustaría escribir acerca de las conexiones que veo entre esta enseñanza y el contexto más amplio de la enseñanza Soto en general. Me gustaría comenzar escribiendo primero acerca de la importancia que reviste el término "Shobogenzo".

"Sho" en el *Shobogenzo* se refiere a algo que es eterno, algo que jamás cambiará. El carácter chino para "sho" (正) significa "verdadero" o "correcto" y aquí significa inmutable. "Ho" (法), que se elide como "bo" cuando aparece en el *Shobogenzo*, es el Dharma. El Dharma es todo cuanto percibimos con los ojos, oímos con los oídos, saboreamos a través del gusto, olemos a través de la nariz, sentimos a través de la piel y pensamos con la mente. Los seres humanos también son el Dharma. "Gen" (眼) significa "ojo." En este caso, el ojo representa cada una de las seis funciones de los sentidos: ver, oír, oler, gustar, tocar y pensar. El ojo no juzga si algo está limpio o sucio, si es grande o pequeño, sino que solo refleja lo que ve. La lengua no hace distinción entre lo dulce y lo salado. Todas las cosas en nuestras vidas se presentan a través de los cinco sentidos de la vista, el oído, el olfato, el gusto y el tacto. Dentro de la mente surgen las discriminaciones entre lo dulce y lo salado, lo agradable y lo desagradable. Llamamos "conciencia" a la herramienta que produce tales discriminaciones. No existe discriminación alguna en las sensaciones percibidas por los ojos, los oídos o la lengua. La discriminación únicamente reside en la función de la conciencia. Esto significa que no es malo pensar en varias cosas y que tales pensamientos no son falsas ilusiones. La función de la mente no es otra que la de ser una herramienta para el pensamiento. Esto se explica en el "gen" (ojo) del *Shobogenzo*. "Zo" (藏) es una reserva o tesoro. El significado aquí es que al permitir que el sufrimiento sea como es, al dejar que la ansiedad sea lo que es y al permitir que toda discriminación sea tal cual es, funcionamos con libertad. En conjunto, los cuatro componentes del "Shobogenzo" significan que nosotros mismos somos un ojo que ve las cosas correctamente. Significa ver todas las cosas como esencialmente una.

Muchas personas piensan que "Shobogenzo" se refiere solo a un libro de Dogen Zenji, pero si rastreamos la etimología de esta expresión encontramos que aparece en la conocida historia llamada "El Buda Shakyamuni sostiene una flor", (un relato al cual Dogen Zenji hace referencia tres veces en el *Shobogenzo*). El Buda Shakyamuni quiso resolver por todos los medios posibles los sufrimientos fundamentales de la vida humana: el nacimiento, la muerte, la vejez y la enfermedad. Por este motivo, ingresó en un lugar de práctica ascética. Al hablar luego de la naturaleza de esta práctica, afirmó: "Nadie, ya sea en el pasado, el presente o el futuro realizó, realiza, ha realizado, está realizando o realizará prácticas ascéticas tan rigurosas como yo he hecho." Sin embargo, por mucho que haya castigado el cuerpo, no logró alcanzar la verdadera satisfacción. Al comprender que no lograría poner fin a los sufrimientos básicos de los seres humanos a través de la práctica ascética, el Buda Shakyamuni aceptó alimentos de una joven de la aldea, recobró las fuerzas y luego se sentó. Años más tarde, en el instante en que vislumbró el lucero del alba, comprendió que sin duda llega un momento en el que el ser alcanza el despertar del ser interior. Se dio cuenta por sí mismo. Durante los 49 años posteriores a su despertar, el Buda viajó por toda la India exponiendo la

enseñanza de que todas las cosas, incluso las montañas, los ríos y la hierba han sido, son y serán Buda. El verdadero significado de la enseñanza del Buda Shakyamuni, no obstante, no puede ser expresado en palabras. Al final de su vida, cuando había llegado el momento de decidir quién sería su sucesor, se encontraba en la cima de la montaña Grdhrakuta y de repente sostuvo una flor, que luego dejó caer. Su discípulo Mahakashapa esbozó una amplia sonrisa. Al verle, el Buda Shakyamuni aseveró: "Poseo el tesoro del verdadero ojo del Dharma ("Shobogenzo"), la mente maravillosa del Nirvana, la forma verdadera del informe, la puerta sutil del Dharma que no se basa en palabras sino que se transmite más allá de las escrituras. Es lo que ahora confío a Mahakashapa." Esta expresión "Shobogenzo" se utilizó en ese momento. Así que, por favor tengan presente que el *Shobogenzo* de Dogen Zenji tiene los mismos contenidos que el Shobogenzo del Buda Shakyamuni. A la vez, recuerden que ustedes son ese Shobogenzo. El punto principal en el que Dogen Zenji hace hincapié una y otra vez en el *Shobogenzo* es: "¿Cómo es posible realmente conocerse a sí mismo?" En términos generales, podemos decir que la práctica Zen tiene que ver con conocerse a sí mismo, constituye la intención de comprender al Ser que es uno con todas las cosas.

Seguramente la enseñanza más conocida de Dogen Zenji sea "Estudiar la Vía del Buda es estudiarse a sí mismo. Estudiarse a sí mismo es olvidarse de sí mismo. Olvidarse de sí mismo es que todas las cosas te iluminen. Estar iluminado por todas las cosas del mundo es prescindir de cuerpo y mente propios y de los otros. Se desvanece todo rastro de iluminación y esta iluminación sin rastro sigue existiendo para siempre". En esta enseñanza, que también encontramos en el *Shobogenzo*, Dogen Zenji nos dice claramente que la práctica (estudiar la Vía del Buda) es darse cuenta de la naturaleza esencial de las cosas (el Ser). Esto significa comprender fundamentalmente que, al olvidar el ego, no hay separación entre uno mismo y los demás y que todas las cosas son parte de nuestro cuerpo (iluminado por todas las cosas). Cuando se comprende que no hay necesidad de comparar fuera del funcionamiento en este momento (ver, oír, oler, gustar, tocar, pensar), esa mente en constante búsqueda deja de existir y brota espontáneamente una gran mente amorosa. Entonces se manifiesta la verdadera naturaleza del Ser. La sensación de ego desvinculado del ser, que se produce como consecuencia de dividir la naturaleza esencial de la unidad de las cosas en el ser y los otros, el dolor y el placer, el aumento y la disminución, es el origen de toda falsa ilusión y ansiedad. Cuando la fuente de esta falsa creencia se desvanece por completo, esa condición se denomina liberación. También se le llama "nirvana" o "iluminación". Al olvidarnos de nosotros mismos, nace una actividad gozosa que está libre del ego (se desvanece todo rastro de iluminación) y te confirma en cada momento, en cada lugar, en cualquier situación (sigue y sigue eternamente).

Una vez más, al analizar la enseñanza de Dogen Zenji sobre "palabras amables", creo que es importante considerar el contexto más amplio de su escritura.

Continúa.

# Sermones

---

## Palabras amables - Aigo 愛語 por el Rev. Daigaku Rummé, parte 2

---

La cuarta sección de *Shushogi*, "El voto de beneficiar a todos los seres," comienza con una cita extraída del capítulo *Hotsu Bodaishin* ("Establecer la mente Bodhi") del *Shobogenzo*:

*Despertar la noción de iluminación implica hacer voto de salvar a todos los seres antes de salvarnos a nosotros mismos. Tanto si somos laicos o monjes, devas o humanos, suframos o estemos en calma, rápidamente deberíamos tener la intención de salvar a otros antes que a nosotros mismos. A pesar de la apariencia humilde, alguien que tenga esa intención es ya el maestro de todos los seres vivos. Incluso una niña de siete años de edad es la maestra de una asamblea cuádruple, un padre compasivo de los seres vivos.*

Este asunto de despertar la idea de la iluminación puede parecer abrumador para muchos, incluso el voto de beneficiar a otros seres puede no resultar fácil. Aún así nuestra tarea como budistas es lograrlo. Con frecuencia hacemos los votos del Bodhisattva de salvar a todos los seres vivos, apartarse de todas las falsas creencias, dominar todas las enseñanzas del Dharma y alcanzar la Vía del Buda. Un bodhisattva es un ser que promete despertar su propia mente, así como trabajar en beneficio de todos los seres. Pero ¿cómo lo hacemos? En "Los cuatro métodos integradores de un Bodhisattva", Dogen Zenji con toda amabilidad hace referencia a cuatro tipos de sabiduría que podemos practicar en nuestra vida cotidiana como una manera de manifestar nuestros votos de bodhisattva. Estos son: la generosidad (también una de las Seis Paramitas), las palabras amables, las acciones benéficas y la cooperación. Cuatro cosas que tampoco nos resultan fáciles de realizar debido a nuestro apego a la idea de un yo separado (el ego) y, aún así, estos cuatro métodos señalan el camino que conduce al abandono del ego.

Lo que sigue es una traducción bastante literal de los comentarios de Dogen Zenji sobre "palabras amables" en "Los cuatro métodos integradores de un Bodhisattva".

*"Palabras amables" significa, que al reunirnos con otros seres vivos, en primer lugar debemos sentir compasión por ellos y ofrecerles palabras amorosas y atentas. En términos generales, es allí donde no hay expresiones groseras o faltas de cortesía. En las sociedades seculares existe la costumbre de cortesía de preguntar a los demás si están bien. En el budismo, se cuenta con las palabras "¡Cuidate!" y el saludo del discípulo: "¿Cómo estás?". Hablar con un sentimiento de compasión por los seres vivos al igual que si fueran bebés constituye la acción de usar palabras amables. Debemos alabar a aquellos que tienen virtud y sentir piedad por aquellos que carecen de la misma. Mediante el amor en las palabras amables, éstas se van nutriendo gradualmente. De este modo, las palabras amables, que normalmente no son reconocidas ni experimentadas, se manifiestan frente a nosotros. Mientras dure nuestro cuerpo y vida presentes, debemos disfrutar de las palabras amables. De esta manera, no experimentaremos un retroceso ni nos desviaremos por tantas épocas ni tantas vidas. Ya sea para derrotar a los adversarios o fomentar la armonía entre la gente agradable, utilizar palabras amables es fundamental. Escuchar palabras amables enunciadas directamente hacia nosotros dibuja la felicidad en nuestros rostros y colma de alegría nuestras mentes. Escuchar palabras amables, indirectamente graba una impresión en el corazón y en el alma. Recuerden, las palabras amables surgen de una mente amorosa y la semilla de una mente amorosa es la compasión. Debemos aprender que las palabras amables tienen el poder de hacer que los cielos den un vuelco. No son meramente una alabanza a la capacidad. (Versión en inglés traducida por Gudo Nishijima)*

Cada persona podría parafrasear esto por su propia cuenta, pero una manera de formularlo con otras palabras en un lenguaje contemporáneo sería:

*¿De qué manera podríamos expresarnos como bodhisattvas con palabras? Un bodhisattva hablará amablemente a todos los seres con los que se encuentre, como si el ser se encontrara a sí mismo, ya que en esencia todo es una unidad. En primer lugar guardaremos sentimientos de genuino afecto hacia ellos y les dispensaremos palabras que expresen nuestro placer por conocerlos. Dicho de una manera más general, no usaríamos un lenguaje duro ni grosero. Incluso en la sociedad secular existen costumbres de respeto para preguntar a los demás cómo están. En el budismo, se cuenta con la expresión del*

*maestro: "¡Cuidate!" y el saludo del discípulo: "¿Cómo estás?" Hablar con un sentimiento de compasión por los seres sensibles al igual que si fueran bebés es la acción de usar palabras amables. Debemos alabar a aquellos que cuentan con la virtud y sentir compasión por aquellos que carecen de ella. A medida que logramos disfrutar al usar palabras amables hacia los demás, nos animamos a seguir utilizándolas cada vez más. Incluso cuando el resto parezca no valorar nuestra intención de amabilidad, habrá resultados invisibles. Expresar palabras amables crea una base para trascender a aquellos que están enfadados y son hostiles. También constituye el soporte para promover la armonía entre los demás. Al escuchar palabras amables enunciadas directamente hacia nosotros, nos sentimos felices y nuestra mente se colma de alegría. Cuando escuchamos que alguien ha dicho algo amable acerca de nosotros en nuestra ausencia, esto deja una profunda impresión en nuestro corazón y en nuestra mente. Recuerden que las palabras amables surgen de un corazón amoroso y que la semilla de un corazón amoroso es la compasión. Debemos aprender que las palabras amables tienen el increíble poder de lograr lo imposible. No son solo una alabanza a la capacidad de alguien.*

Continúa.

No reproduction or republication without written permission. Copyright © SOTOZEN.COM All rights reserved.

# Sermones

---

## Palabras amables - Aigo 愛語 por el Rev. Daigaku Rummé, parte 3

---

En la primera parte, escribí sobre el contexto más amplio de la enseñanza de Dogen Zenji del *Shobogenzo* y la necesidad de comprender que nosotros mismos somos "El Tesoro del verdadero ojo del Dharma." En la segunda parte, examinamos el texto de "Los cuatro métodos integradores de un Bodhisattva" en relación con las palabras amables. En la tercera parte, veremos la manera en que esto puede aplicarse a nuestra vida cotidiana.

Una de las cosas que más me gusta de la enseñanza budista es que muchas veces una cosa se divide en diferentes partes para mostrar lo mismo desde diferentes ángulos. Así se demuestra que las diferentes partes, tres, cuatro o seis, son en realidad diferentes aspectos de lo mismo. Aquí también creo que, si podemos practicar de verdad uno de estos cuatro métodos integradores del Bodhisattva: la generosidad, las palabras amables, las acciones benéficas o la cooperación, entonces también contaremos con la capacidad de practicar los otros tres. Y si, por ejemplo, no somos capaces de practicar la expresión de palabras amables, pues tampoco podremos ser generosos. Si no podemos ser generosos, seremos incapaces de cooperar con los demás. Estos cuatro aspectos van de la mano. Cada uno de estos cuatro métodos nos pide que abandonemos el ego.

Creo que todas las personas desean comprender su verdadera naturaleza, que es libre y sin límites. Lo único que nos impide hacerlo es nuestro apego al ego, la sensación de un yo separado. Si bien la mayoría de la gente habla amablemente a sus amigos y familiares, a menudo nos es difícil hablar con amabilidad a los desconocidos o a aquellas personas que, según creemos, nos hablan de manera poco amistosa. Si somos incapaces de hablar con amabilidad a los demás es por ese sentimiento de egoísmo, por nuestro apego a la sensación del yo. Un Bodhisattva es una persona capaz de dirigirse amablemente a cualquiera, lo que puede implicar, si es necesario, decir cosas que el otro no desea oír.

La aspiración de hablar amablemente en todo momento constituye el ideal del Bodhisattva. Como afirma Dogen Zenji: "Recuerden que las palabras amables surgen de un corazón amoroso y que la semilla de un corazón amoroso es la compasión". La compasión nace de la sabiduría de saber que aunque las cosas aparezcan en formas diferentes en esencia son unidad.

Shikantaza constituye la manera más rápida para que olvidemos el ego. Como budistas Zen, nuestra práctica consiste en sentarnos con la intención de triturar el ego y despertar a nuestra verdadera y compasiva naturaleza. De ese modo, creo que las enseñanzas de Dogen Zenji de "Los cuatro métodos integradores de un Bodhisattva" plantean tanto la manera en que vive y actúa en el mundo sin intención una persona que ha comprendido la Vía del Buda como los ideales del bodhisattva para aquellos que aspiramos a lograr la comprensión de la Vía del Buda.

Hay un poema japonés que dice:

*El ayu vive en los rápidos del río,  
El ave anida en el árbol,  
El ser humano vive en el mundo de la amabilidad y compasión.*

Los japoneses asocian la época de principios del verano al *ayu*, un pez que vive en los rápidos de los ríos pequeños. Las aves anidan en los árboles y las personas viven con amabilidad y compasión. Todo está interconectado. No obstante, como consecuencia de la causalidad, un pez, un ave y un ser humano viven en lugares diferentes. Creo que esta canción presenta una interesante manera de expresarlo. En esencia, todo es unidad, solo que por las causas y condiciones los lugares donde viven las cosas, al igual que las formas que adoptan, son distintas. Muchas veces, nuestro mundo parece duro y cruel. Sin embargo, recordemos y agradezcamos la enseñanza de Dogen Zenji acerca de las palabras amables, ya que nos brinda una poderosa herramienta para convertir la crudeza en un mundo en el que reinen la amabilidad y la compasión; el lugar en el que todas las personas desean vivir.