

*Dedicado a mis tres hijos que han sido mi inspiración
y el principal motivo de seguir adelante cada día.
En especial a mi hijo Luis por su 18 cumpleaños.
¡Que todos tus sueños se hagan realidad y que tengas
la vida más feliz que puedas soñar!
¡Felicidades, Luis!*



KOTODAMA
言靈

El Corazón de Japón, Arte y Cultura.

SONIA G CABALLERO | S G C





KOTODAMA
言靈

El Corazón de Japón, Arte y Cultura.

SONIA G CABALLERO | S G C



©Sonia G Caballero | S G C 2021
<https://www.soniagcaballero.com>
contac@soniagcaballero.com

Título: KOTODAMA | 言霊 El Corazón de Japón, Arte y Cultura.

Segunda edición.
ISBN: 9798728172550

Sello: Independently published

Luis Mikame, traducción de textos del japonés.
J.A. maquetación y diseño de portada.
Paloma del Castillo, corrección del manuscrito original.

Portada, obra original *WISTERIA & KUROAGEHA*, Sonia G Caballero, 2019, 1.00m x 1.70m | Plata, Óleo y Laca Tradicional Japonesa Urushi. *COLECCIÓN JAPÓN*.

Reservados todos los derechos. Salvo excepción prevista por la ley, no se permite la reproducción total o parcial de esta obra, ni su incorporación a un sistema informático, ni su transmisión en cualquier forma o por cualquier medio (electrónico, mecánico, fotocopia, grabación u otros) sin autorización previa y por escrito de los titulares del copyright. La infracción de dichos derechos conlleva sanciones legales y puede constituir un delito contra la propiedad intelectual.

Dirijase a CEDRO (Centro Español de Derechos Reprográficos) si necesita fotocopiar o escanear algún fragmento de esta obra (www.conlicencia.com; 91 702 19 70 / 93 272 04 47).



Detrás de la técnica

debes saber que está el espíritu (ri):

Está amaneciendo;

abre la ventana,

y ahí está, ¡la luz de la luna brilla en el interior!

Yagyū Tajima



... pinceladas de Japón...

*Después de **más de veinte años viviendo en Japón** quiero mostrarte una serie de conceptos de **Arte y Cultura Japonesa**, sin profundizar en ninguno de ellos. De manera que te acerquen a Japón.*

*Algunos son una serie de conceptos de **Filosofía de Vida Japonesa** que, si los aplicas, cambiarán tu rumbo y tu forma de percibir el mundo tal y como han hecho conmigo.*

*Por eso he querido compartirlos contigo. Espero que te ayuden a encontrar la **Paz y la Felicidad**, tanto como me han ayudado a mí.*

*Todos estos conceptos recogen en un libro la **Esencia de Japón**.*

Sonia G Caballero

ÍNDICE

... pinceladas de Japón...	9
KUU 空	15
KOKORO WO KOMETE 心を込めて	19
IKIGAI 生き甲斐	23
KINTSUGI 金継ぎ	29
UTSUROI 映ろい 光と影の美	33
SHIKI 四季	35
MINIMALISMO 禅心	39
ARQUITECTURA JAPONESA 日本の建築	43
WABI-SABI 侘寂	49
WABI-SABI Y ARTE 侘寂と美術	53
EL ESTILO EDO RINPA 江戸琳派	57

KACHOFUGETSU 花鳥風月.....	61
OMAMORI お守り.....	65
UKIYO 浮世.....	69
UKIYO-e 浮世絵.....	73
EDO KOMON 江戸小紋.....	77
SUMI-e 墨絵.....	81
URUSHI 漆.....	85
OMEN お面.....	89
WASHI 和紙.....	95
ORIGAMI 折紙.....	99
ZEN 禅.....	103

ARTE Y ZEN 美術と禅	107
ICHIGO-ICHIE 一期一会	113
OMOTENASHI おもてなし	119
KOTODAMA 言靈	121
SHINRINYOKU 森林浴	127
SONIA G CABALLERO S G C	133
NOTA DE LA AUTORA	136
OTROS LIBROS DE Sonia G Caballero	137
EXPOSICIONES DE SONIA G CABALLERO	141
EL AÑO DE LA TOLERANCIA 2019, E. A. U.....	148
AGRADECIMIENTOS.....	151
BIBLIOGRAFÍA.....	153



KUU
空



LA PALABRA JAPONESA DONDE LA CREATIVIDAD NO TIENE LÍMITES Y TODO ES POSIBLE

KUU, el espacio vacío, pero lleno de energía donde la imaginación se puede mostrar en todas sus inmensas posibilidades.

KUU

空 (Cielo/Vacío)

KUU, es una de esas palabras japonesas de traducción inexacta, y que podemos aplicar a una infinidad de espacios y elementos.

Recuerdo la primera vez que escuché esta palabra hace más de 20 años en Japón y fue difícil la comprensión y traducción en mi propio idioma. Una palabra muy corta, pero que expresa un universo de posibilidades. El concepto del espacio ocupado por la energía y en el que el ingenio permite expresarse en toda su potencia.

Encuentro una íntima relación entre el significado de la palabra *KUU* y el ZEN. *Suntaya* es el espíritu de la creatividad, sin forma, pero a su vez refleja el origen de toda capacidad. Cuando damos forma a lo posible dentro de una realidad lo podemos considerar un acto de la creatividad.

Es entonces cuando podemos entender el *KUU* dentro del arte como la arquitectura, creando elementos o espacios que tocan el alma que además abren todas esas opciones en nuestro corazón para darnos inspiración o crear emociones como la paz, y hacernos viajar en nuestra mente o incitarnos a la concentración y la relajación.

Cuando me siento delante de un lienzo en blanco, unas veces tengo una clara imagen de qué es lo que voy a plasmar en él, pero otras cierro los ojos y observo en mi mente todas las ideas que surgen de lo que podrá ser la nueva obra. Esto es lo que viene a ser *KUU* para el artista. Ya sea un lienzo en blanco, una masa de arcilla o una pieza de oro que se convertirá en una joya... las posibilidades son infinitas. Igual es para el artista, como para un arquitecto o para un escritor.



KOKORO WO KOMETE
心を込めて



PONER TODA EL ALMA, CORAZÓN Y AMOR
CON PLACER EN LO QUE HACES, DEJANDO
TU ESENCIA EN ELLO

Con corazón sería el significado de esta expresión japonesa, nuevamente una palabra que explica una filosofía de vida y pensamiento de significado muy profundo para la que no tenemos una traducción directa. Su traducción literal sería *Kokoro* corazón y *komeru* 込める, poner en.

KOKORO WO KOMERU

心 (corazón)

込める (poner en)

KOKORO WO KOMETE se puede aplicar a cualquier acción que llevemos a cabo en nuestra vida, tareas que implican arte e ingenio tales como pintar, bailar, crear... o cualquier tarea cotidiana en la que no importe su trascendencia.

Una expresión que tiene el poder de forma sutil, pero con la facultad de afectar nuestra conducta y emociones.

Con este potencial se puede mejorar de forma significativa nuestra vida, cambiar nuestra percepción, ampliarla e influir directamente en un resultado de éxito, algo que afecta directamente a nuestra felicidad.