

Kyudo:
El arte sagrado de la arquería japonesa



Michel Coquet

La arquería japonesa, o Kyudo, ya no es una disciplina reservada a una determinada élite como antaño, en la actualidad son muchos los japoneses que saben apreciar sus beneficios. Menos conocido en Occidente, el Kyudo es, entre todos lo Budo, el que ofrece una dimensión más puramente espiritual y trascendente.

En este artículo sólo abordaré los aspectos espirituales del Kyudo, para aquellos que estén interesados en el aspecto técnico, existen varios libros específicamente dedicados a ello. Como la mayoría de los Budo que conocemos, la práctica de la arquería pasó del Kyujutsu al Kyudo, al igual que del Aikijutsu se originó el Aikido. Esta diferencia es patente entre las dos grandes escuelas de Kyudo: Heki Ryu y Ogasawara. En la segunda, el estilo es muy codificado y se hace hincapié en la etiqueta, la ética, la calma mental y en el aspecto místico más elevado, el de realizar la esencia del Ser, siendo éste el objetivo del Kyudo en su dimensión última.

El Kyudo integró en sus prácticas principios filosóficos, religiosos e incluso esotéricos. Estos elementos fueron sacados del Ryobu-Shinto, un armonioso conjunto de prácticas surgidas del Budismo y del Shintoísmo, así como de prácticas procedentes del Shugendo.

Gracias al Maestro Masahiko Tokuda, actual responsable del estilo Heki Ryu, pude profundizar en el espíritu del Kyudo durante los años que residí en la bella ciudad de Shizuoka. Durante cinco años, tuve la oportunidad de conocer a muchos expertos, pero eran raros aquellos que practicaban el Kyudo como una disciplina personal y como un medio para realizar el estado de perfecta vacuidad. Afiliados al Sengen Jinja de Shizuoka, mi amigo Jacques Normand y yo tuvimos la oportunidad de frecuentar al gran Maestro Matsui Masakichi, 10^o Dan. Fue durante la ceremonia del Año Nuevo que por primera vez asistimos a un ritual de Kyudo, en el que se utilizaban los principios esotéricos, tales como el tiro al vacío en las cuatro direcciones, o la ejecución de los *Kuji Kiri*, los nueve *mudras* que también encontré en la escuela de sable Tenshin Shoden Katori Shinto Ryu o en el Ninjutsu, que antaño estaba vinculado a los ascetas de la montaña, los famosos Yamabushis.

El tiro de ceremonia es un verdadero exorcismo y en muchos casos (matrimonio, muerte, cosecha, etc.), se precisa de un experto reconocido por su pureza para poder llevar a cabo el ritual. En varias ocasiones tuve el insigne privilegio de poder observar cómo el Maestro Tokuda ejecutaba este rito -un tanto complicado- que precedía al tiro de las dos flechas. Durante una ceremonia en honor a un difunto, el Maestro Tokuda se sirvió de la punta de sus flechas para trazar en el campo de tiro, la rejilla del *kuji no in*. El Maestro Risuke Otake, de la escuela Tenshin Shoden Katori Shinto Ryu, la utiliza también como técnica de curación. Todas estas prácticas son inherentes al Kyudo (y a otros budo), aunque en el mundo actual en el que vivimos tanto los

instructores japoneses como los occidentales, han hecho del Kyudo más un deporte de competición que un yoga de realización. El Kyudo es fundamentalmente Shinto, a pesar de las importantes influencias del Budismo Zen y Shingon.

Quien haya visitado el Japón, sabrá que a la entrada de los templos budistas o santuarios Shinto, el pórtico principal siempre está presidido por dos esculturas, por ejemplo, en el Sengen Jinja de Shizuoka son dos arqueros los que custodian la entrada. En los templos budistas encontramos a dos poderosos guardianes de la tradición (Nyo-o), el primero tiene la boca abierta y según la tradición entona la vocal A, y el segundo tiene la boca cerrada y entona la vocal *OUM*. Lo que supone que todo hombre que penetre en el templo será instantáneamente purificado por la vocal sagrada *AOUM*, (el *AUM* u *OM* de los hindúes). Según la tradición oriental, este Verbo (la base del Kototama Shinto) es la causa y la fuente de vida de los mundos y de los universos, y si este Verbo dejase por un momento de ser emitido por Aquel de quien nada puede decirse, los mundos se extinguirían instantáneamente. El Ki, o energía de vida, es su principal emanación, de ahí su importancia en todos los sistemas de tendencia religiosa. Siempre encontraremos la presencia divina de este Verbo actuando y confiriendo la vida, el movimiento y la conciencia al mundo material, de ahí el eterno conflicto entre el espíritu y la forma, el Yang y el Yin, la atracción y la repulsión, la vida y la muerte, y todos los pares de opuestos bien conocidos por los practicantes del Budo. El objetivo del Budo es precisamente eliminar esta dualidad, realizando un único estado de consciencia, simbolizado por el divino sonido *OM*. Este es el objetivo del Kyudo, aunque esto sólo sea abordado en los grados superiores.

Verbo o vacuidad, cualquiera que sea la forma de expresarlo, lo que se busca es un estado de consciencia pura no condicionada por el ego que es, recordémoslo, el conjunto de las tendencias humanas impresas en la memoria genética de un pequeño yo egoísta. Si sacamos esta mente tendremos la pura consciencia. Los Maestros nos dejaron una metáfora muy elocuente para comprender, qué es el ego y cómo hacerlo desaparecer, para ello compararon a Dios (o el gran Desconocido) al océano, sobre el que surgen y desaparecen grandes olas (los sabios) y pequeñas olas (nosotros mismos). Imaginémonos que somos una de esas olas, cuando la tormenta de las pasiones empieza a soplar aparecemos en la superficie del agua y empezamos a observar a las otras olas. Esta observación nos hace creer que somos diferentes del océano, esta es la fase de la individualización que da nacimiento al sentimiento de separación. Si permanecemos en este estado, sufriremos constantemente la vida de las olas perpetuamente sujetas a las tormentas que aparecen para luego desaparecer sin tener una existencia real. El Kyudo consiste en interiorizar nuestra observación y mirar en nuestro interior con el fin de tomar consciencia de que no somos una simple ola, sino que como parte integral del elemento agua somos uno con el océano. El objetivo de todo ser humano debería ser trascender el limitado

estado de una ola para ser el océano infinito. Deberíamos hacernos la pregunta de cómo nace la ola y reconocer que es consecuencia de dos principios, uno activo y otro pasivo, como por ejemplo el viento actuando sobre el agua. Si comprendemos esta ley tan simple, comprenderemos que nuestras desdichas son consecuencia de esta perpetua dualidad. Los Maestros que crearon las normas y los principios del Kyudo, conocían bien estos principios tradicionales por eso se esforzaron en sacar a la luz, a través del gesto en el Kyudo, el máximo de estas dualidades para que una vez reconocidas, pudieran ser controladas y trascendidas.

La respiración, a través del doble acto de inspirar y expirar, es el medio para mantener la energía de vida o Ki en la forma. Este doble proceso es un símbolo de desequilibrio al que continuamente se ve sometida nuestra existencia, es un flujo y reflujo de energías, yin y yang, la dualidad constante entre la alegría y el sufrimiento, la paz y la guerra. El Budo es precisamente el arte de situarse en el punto preciso donde estas dualidades son destruidas, es decir, allí donde la conciencia es liberada de su eco y que llamamos vacuidad.

La dualidad nace con la mente, simple reflejo deformado de la verdad y causa de la ilusión que consiste en hacernos creer que sólo somos una ola. La mente (el nombre que le damos a este eco) es al mismo tiempo nuestro peor enemigo, pero también el medio por el que podemos llegar a la disolución de esta ilusión. En una palabra, para vencer el eco, es necesario que desaparezcan las olas mantenidas por los vientos que son: la lujuria, la cólera, la avidez, la sensualidad, el apego, el orgullo, los celos, la impaciencia, etc. Debemos controlar los pensamientos surgidos de la mente y concentrarlos en un único punto mientras sea necesario. En Kyudo, este punto de concentración está simbolizado por el punto central de la diana (*mato*), si para el arquero occidental el objetivo es alcanzar la diana, para el Kyudoka la diana no es más que un pretexto para la concentración.

A menudo se habla del centro último que debe ser conquistado, pero en realidad, hay tres etapas principales por las que debe pasar el practicante de Kyudo, que son consecuencia del descubrimiento de tres centros a medida de su elevación y perfección. El primer centro que debe ser descubierto y controlado es el *Seika Tanden*, situado bajo el ombligo, que es a la vez centro de integración de las energías del cielo y de la tierra, pero también el centro donde pueden ser anuladas todas las oposiciones de carácter físico. El segundo centro reside en el corazón, es el centro del amor donde se anula toda oposición psíquica y psicológica. El tercer y último centro es el más importante y se alcanza cuando la mente es purificada y libre de todo sentimiento egoísta. Es el vacío, el elemento más elevado del *gorin* japonés.

El Maestro Tokuda me explicó un día que era tan difícil para el Kyudoka unirse a su arco (*yumi*), que los antiguos Maestros lo identificaron a la divinidad

budista Kannon, diosa de la compasión de naturaleza andrógina, con el fin de evitar una nueva dualidad (macho-hembra). El arco se convirtió entonces en un símbolo viviente y en un principio contenido en germen en el corazón del practicante. El arco distendido sin cuerda se considera como un cuerpo sin alma, y representa el mundo exterior de las cosas materiales. Para colocar la cuerda, es necesario doblar el arco inversamente a su curvatura natural, simbolizando el descubrimiento del lado oculto de la vida del alma y nuestra voluntad de descubrirlo en nosotros mismos.

Sin embargo, nada puede ser realizado sin el poder del Verbo. Del mismo modo, el arco no es nada si no está unido y tensado por la cuerda (*tsuru*), que desempeña un papel esencial. Esta cuerda emite un sonido y puede ser identificado al Verbo. El sonido puede ser causado por el silbido de una flecha, como es el caso durante el Año Nuevo, o también dando palmadas como en el rito Shinto, que tiene por objetivo purificar, expulsando por el sonido y un corazón puro, las fuerzas malignas. La cuerda del arco es muy frágil, está hecha de cáñamo y resina de pino. Expresa los estados del alma del tirador y muestra su grado de integración. Una mente ambiciosa, impaciente, irritada o simplemente cansada comporta a menudo la ruptura de la cuerda. Por el contrario, una mente serena, silenciosa y desapegada produce en la cuerda vibraciones de amor que podrán eventualmente aliviar males y que honrarán a los dioses (*kami*). En este caso, la cuerda emite un sonido particular que informará a un verdadero maestro de Kyudo sobre el grado de realización alcanzado por el discípulo. Así pues, en primer lugar tenemos el sonido de *neka hasu*, después el de la cuerda (*tsuru Oto*), posteriormente el del impacto de la flecha, el *kiai* y, finalmente, el sonido que hacen las dos flechas girando una en un sentido y la otra en otro (rotación causada por el estabilizador). Una de las flechas (*Aya*) es Yin y el *kiai* emitido es *ya*, mientras que la otra flecha (*Otoya*) es Yang y el *kiai* es *ei*. Estos grandes símbolos nos enseñan que tan sólo a nivel del sonido más elevado pueden unificarse las dos grandes fuerzas de la naturaleza. Esta es la razón por la cual el maestro insiste en que cada tiro sea considerado como un tiro único. Debe lanzarse como si sólo hubiera una única flecha, una flecha para toda la vida.

El Maestro Tokuda leyó en los escritos sagrados, de los cuales él era depositario, que el sonido *AUM* podía algunas veces oírse después del lanzamiento de la flecha. Liberar la flecha es, también, liberar el eGo y los dos movimientos deben ser uno sólo. Es una forma de expresar lo inexpresable traducido por la palabra Satori.

Tirar sin ego no es algo fácil sin un trabajo diario de muchos años. Es necesario tirar sin pensar en quien tira, sin buscar recompensa ni autosatisfacción de colocar bien la flecha, de ser visto o admirado. ¿Qué existe si no hay ego? Pues bien, existe la esencia del «YO», expresión de nuestra realidad, de nuestra identidad real, pero purificada de la yuxtaposición de un pequeño yo que se cree

una ola, que se cree esto o aquello mientras que simplemente «Es» El Zazen es un primer paso con la finalidad de mantener (al menos durante el tiro) la mente en la sensación de ser ese «YO», evitando que la mente se identifique a la personalidad momentánea.

La filosofía Zen del no aferrarse a nada, encontró un inmejorable marco de expresión en la liberación de la flecha, soltando o liberando a la vez una gran cantidad de malos hábitos y acciones inútiles y hasta malsanas, siendo las buenas acciones aquellas que son útiles al prójimo y que serán motivo de nuestra liberación. No podemos permanecer en un estado de abandono cuando todavía subsiste el deseo desenfrenado de gozar del mundo. Si se quiere ser libre, es necesario ser verdadero. El Budo no permite la mentira. ¡Es fácil escribir artículos eruditos sobre el Budo, pero más difícil es aplicar las leyes o considerarlo como otra cosa que un buen medio para subsistir! Debemos cambiar toda nuestra forma de pensar y actuar para conseguir progresos notables. En el verdadero tiro, no existe ninguna satisfacción cuando se alcanza la diana, ni ninguna amargura cuando no se alcanza, todo esto pertenece al mundo y sin embargo es con una conciencia más allá del mundo que tiramos durante todo el ritual, es en el no-ser donde encontramos nuestra única motivación.

En las instrucciones que me dio el Maestro Tokuda, entusiasta practicante y experto del Budismo esotérico Shingon, el arquero debe identificarse a un gorin como medio para comprender las cinco etapas esenciales en todo proceso de evolución, incluido el Kyudo.

La base cuadrada es el elemento tierra (chi) y representa la estabilidad y el equilibrio sobre el cual debe afianzarse el arquero al inicio de su disparo. Si colocarse en el dojo ante la diana resulta fácil, no ocurre lo mismo cuando debemos controlar los principios inherentes a la tierra, compuestos por nuestros más bajos instintos. El elemento agua (*sui*), representado por el círculo (una gota de agua) está presente durante el tiro en el instante en que los dos brazos del tirador cogen el arco y la flecha, antes de su elevación hacia el fuego y el aire. El Maestro Tokuda insistía a menudo en que colocáramos correctamente nuestro Seika Tanden para que el agua al derramarse no apagara el fuego del Ki. Es en el vientre donde se encuentra la mayor cantidad de agua y donde se generan las emociones y los deseos. Los ritos de purificación tales como el *misogi*, que implican una ética sin falta, son los medios para pasar del elemento agua al elemento fuego. Sin esta purificación, tal vez nos convirtamos en reputados expertos que han sabido localizar su Seika Tanden, pero ignoraremos dónde se encuentra el centro del corazón. El elemento fuego (*ka*) está representado por la figura del triángulo y se sitúa en el pecho y la garganta. En este estado ya no es la emoción lo que nos interesa sino la mente. En el Kyudo encontramos una serie de figuras triangulares, como por ejemplo *Ashi Bumi*, la colocación de los pies para el tiro. Este triángulo es de aproximadamente 60° y

está formado por la base de la espina dorsal en relación a los dos pies. Otros triángulos son más sutiles, como el formado por los ojos respecto a la parte frontal superior.

La mente es la llave del éxito en el Budo, y debe ser silenciada para dar paso al sentido de la intuición, para ello existe una forma de actuar durante la acción que podría traducirse por el siguiente proverbio: «La no-acción no es la ausencia de acción, pero en el corazón de la acción nadie está presente para actuar.» Bajo la misma perspectiva, el Maestro Tokuda me repetía a menudo: «No se alcanza el objetivo con la flecha: la flecha llega al objetivo.» Adquirir una conciencia abstracta no es sencillo, de ahí la importancia de los *koans* Zen y de las meditaciones subjetivas. Este sentido abstracto o intuitivo debe ser desarrollado ya que será por y a través de él, que nos será posible penetrar en el elemento aire (*fu*). Cuando aprendemos a utilizar la intuición, entramos de forma natural en comunión con nuestro propio «YO» o Ser, y experimentamos el último elemento, el éter (*ku*), el estado vacío de eco, allí donde reina el perfecto silencio, donde puede escucharse el *Aum* sagrado, allí donde el tirador (el estado de vigilia), el arco y la flecha (el estado de sueño) y finalmente la diana (el estado de sueño sin sueños) desaparecen para dejar lugar a un cuarto estado, aquel que los trasciende a todos, desde siempre y para siempre.

Analicemos a continuación el ritual del tiro propiamente dicho. Después del saludo frente al Kamiza, con el fin de honrar a los Maestros, a los *kamis* y al Ser interno, el arquero se coloca (*dozokuri*) de perfil, con el lado izquierdo en dirección a la diana, dando comienzo la fase de concentración. Los Maestros de Kyudo dicen que nuestra concentración debe ser tan penetrante como la flecha. La mano derecha sujeta la segunda flecha, que se mantiene sobre la cadera derecha, mientras que la mano izquierda sujeta el arco enfrente, apoyado sobre la rodilla izquierda, colocándose la flecha en el arco. Aquí es donde empieza a tener lugar aquello que diferencia el Kyudo nipón de la arquería occidental, en este instante el arquero toma conciencia objetivamente, con una extrema lucidez y una concentración sin falla, de todas las fases del tiro. La mirada (*monomi*) surge de la mano que sostiene el arco, sube hacia arriba, vuelve a bajar hasta la parte baja del arco, vuelve a subir hasta la mano siguiendo la flecha en el curso imaginario hasta la diana y luego vuelve de nuevo por el mismo camino hasta la mano izquierda. Este ritual tiene por objetivo transferir en el inconsciente aquello que debe hacerse durante la ausencia de nuestro eco. A partir de este momento y por un acto deliberado de su voluntad, el arquero inmoviliza completamente las ondas de su cerebro o los pensamientos de su mente, el eco es silenciado, entrando en una dimensión meditativa, el mundo desaparece y quien entonces libera la flecha es el alma.

A menudo hemos escuchado decir que hay que ver más allá de la diana. Sin embargo, esto sólo será válido durante el entrenamiento con el *makiwara*, en el que se busca extender el *ki* hasta el infinito, mucho más allá de la flecha. En este

estado, al estar la mente ausente, la vista no tiene ninguna importancia, y tal vez fuera lo que intentaba decirme el Maestro Tokuda con su infinita paciencia: «El ojo no ve la diana es la diana que va al ojo.» Los gestos simples y mil veces repetidos están perfectamente condicionados, los ciento ocho puntos son controlados y el tiro puede realizarse con una conciencia pura.

Ahora que está en perfecta armonía consigo mismo y con el universo, el arquero dirige su mirada hacia la diana y empieza el *uchiokoshi*. Conviene recordar que numerosos ejercicios pertenecientes, en mayor o menor medida, a la tradición del Kyudo han permitido al practicante despertar ciertas facultades dormidas. Aquellos que mediten alcanzarán resultados con mayor rapidez, aunque éstos nunca deben buscarse.

Veamos a continuación una lista de las cinco expresiones del *prana* (Ki) en el cuerpo, esto nos ayudará a comprender mejor el proceso de la respiración durante el ritual del Kyudo. Al no existir equivalencia al japonés, conservaremos las palabras en sánscrito.

1. *Prana* es el aire inspirado. Está presente del ombligo a la garganta.
2. *Samana* es aire intermedio. Está presente del corazón al plexo solar.
3. *Apana* es el aire expirado. Está presente del ombligo al ano.
4. *Udana* es el aire que sube. Está presente de la nariz a la cúspide del cráneo.
5. *Vyana* es el aire omnipresente en todo el cuerpo.

Durante la elevación del arco actúa el Prana, gracias a él inspiramos el Ki y nos cargamos de vitalidad. Esta parte del Ki tiene también la propiedad de elevar las fuerzas hacia arriba.

Por medio de una técnica especial y un acto de voluntad, el arquero se esfuerza en hacer descender el ki a la zona media (*samana*). Posteriormente tiene lugar una fase de expiración y relajación de los hombros, pero sin que el prana deje la zona media. El próximo movimiento es el de la extensión del arco en dos tiempos: en el primero (*daisan*), se inspira y se sigue manteniendo una vez más el prana en el mismo lugar, y en el segundo el movimiento *hikiwake* el arco descende hacia la cara y la cuerda se tensa hasta su máximo. Durante este descenso, se utiliza *apana*. El arquero debe entonces invertir su movimiento, es decir durante el descenso físico del vientre y del arco, ha hecho ascender el *apana* a la zona intermedia (*samana*). Es en este momento que el Sensei pide al discípulo que mantenga el arco tenso el máximo tiempo posible y por varias buenas razones. Técnicamente hablando, es en este momento que el Kyudoka simboliza la forma de una cruz perfecta, es decir, la unión del cuerpo y el Espíritu, o de la espina dorsal (energía solar) con la flecha (energía lunar). Esta unión del Yang y el Yin tiene su origen en una fusión más subjetiva. En efecto, *prana* y *apana* fusionados en la zona media tienden a invertir su polaridad, de

antagonistas que son, las fuerzas pasan a ser complementarias. Este punto de fusión, como habremos adivinado, tiene lugar en el seika tanden. A medida que esta fusión progresa, el ki (o prana) unificado es atraído hacia udana que impulsa el Ki a penetrar en la parte sutil de la médula espinal, para luego despertar y elevar la potencia divina hasta los centros del cerebro. La plena expresión o liberación esférica del ki tiene lugar durante el lanzamiento de la flecha e implica entonces vyana, el aire omnipresente.

Para poder tensar el arco anulando en la mente todo concepto de dualidad, es necesario durante el entrenamiento (keiko) pensar de forma diferente y, en particular, ¡que la mano izquierda no empuje el arco sino que tire de la cuerda y que la mano derecha no tire la cuerda sino del arco! Se insiste para que en ese momento los pies estén firmemente enraizados en el suelo, la cabeza hacia el cielo y sobre todo que el cuerpo mantenga un estado de total relajación muscular. ¡Esto es totalmente imposible para los principiantes, por eso el instructor aconseja tensar con los huesos y no con los músculos, lo cual funciona bastante bien!

El punto más delicado es la mano derecha, la que lleva el guante, la responsable de liberar la flecha. ¿Cómo mantener una mente libre si es necesario durante el tiro pensar en sujetar la flecha? Para colmar esta laguna, los maestros idearon un guante con una muesca (en la raíz del pulgar) donde se coloca la cuerda. Llegado el momento, la muñeca se abre pivotando y libera la flecha sin voluntad del arquero. Como consecuencia de esta alquimia, mucho antes de que ocurra la disolución del ego, es esta capacidad para lanzar en un estado de perfecta serenidad sin ninguna intención ni voluntad como lo expresaba el Maestro Awa: «Algo tira en vosotros.»

El último instante es aquel que precede a la liberación de la flecha. Técnicamente, los dos dedos de la mano izquierda, pulgar e índice se asemejan al pico de un pájaro (uno kubi). Para sujetar correctamente el arco, se aconseja que ambos dedos se toquen, lo que por otra parte es imposible, pero al intentarlo, el pulgar señala directamente a la diana, y en ocasiones hasta produce un cierto sonido. Cuando esto ocurre se dice que el pájaro canta. Tras liberar la flecha (hanare), se dice simbólicamente que el pájaro ha muerto y entonces la conciencia se sumerge en el gran silencio del zanshin. Nada puede decirse sobre lo que sucede luego, excepto que es el momento durante el cual se hará la experiencia del no-ser, un instante de eternidad en el que la ola vuelve a ser el océano.

Terminaré esta limitada exposición sobre el espíritu del Kyudo, citando a Jacques Normand, consejero técnico de la Federación de Kyudo en Francia, quien a su vez citando las palabras del Maestro Anzawa, escribió que el Kyudo puede resumirse en tres palabras japonesas: Shin, Zen y Bi. Shin es la verdad, Zen es la pureza (esta palabra no tiene nada que ver con el Zen del budismo) y

Bi es la belleza. Estas tres palabras son la traducción de lo que debe expresar el espíritu, el alma y la personalidad, el resumen de lo que es un hombre verdadero.

Michel Coquet

Traducción: Jordi Vila Vila

Lecturas aconsejadas:

1. «L'Arme de Vie» de Jérôme Camilly y Jacques Normand – Edition La Table Ronde.
2. «Le Zen dans l'Art chevaleresque du tir à l'Arc» de E. Errigel – Edition Dervy-Livres.
3. «Kyudo, un tir, une vie» de Michel Martin – Edition Amphora.

Adaptación: Kenshinkan dojo 2010

www.kenshinkanbadajoz.com