



# El primer y el último SONIDO

La música de la India es mucho más que «cantar unos mantras y caer en éxtasis». Con la intención, temperamento y pronunciación correctos, estos sonidos son capaces de mover montañas.

POR MANISH VYAS

Los Rishis, los místicos de la antigua India, lo expresan a través del término *Nād- Brahma*: «El Sonido es Divino, el Sonido es el Todo». El primer sonido, la primera voz escuchada en el universo según la mitología del Sanatana Dharma (o hindú como se conoce ahora) fue Om. Este Nādbrahma existente en el universo es una manifestación del poder divino, es la voz o sonido más puro que se pueda oír. En la palabra Nāda, Nā representa el aire vital, mientras que Da significa fuego. De la combinación de ambos surge Nāda: sonido.

Todas las artes de la India han sido siempre bendecidas por el concepto de *rasa* –palabra que puede ser traducida como temperamento, carácter, sentimiento, espíritu, sabor, esencia-. Existen nueve tipos de *rasa* en las diversas expresiones artísticas de la India, y son: romance, heroísmo, furia, compasión, comedia, disgusto, horror, asombro y paz. Cuando se aprende música india, se enseñan las dimensiones de este *rasa*; aspecto clave en nuestro sistema para expresar algo musicalmente. Para poder comunicar y reflejar estos diversos caracteres, el artista aprende diversas expresiones en la voz, así como en el entrenamiento para tocar un instrumento, lo cual permitirá transmitir la esencia propicia. Por ejemplo, en un mantra dedicado a *Surya* –el Sol-, el *rasa* a tener en cuenta deberá contener plenamente la energía del fuego. De esta manera, el *raga* (combinación melódica de notas en el sistema de música de la India) elegido también para este mantra, seguirá este carácter; la voz y el tono deberán ser potentes y firmes, pues no pueden ser dulces y románticos en este caso. Por otro lado, cuando cantamos un mantra sobre *Karuna*, cuyo significado es compasión, la energía debería ser amorosa, tranquilizadora, tal como lo es su energía. Gritar *Karuna* con ritmos de rock... es algo que simplemente no puede quedar bien.

En India, los músicos ponen una enorme cantidad de energía en sus voces cuando interpretan una canción, y aunque no comprendas lo que están cantando, te sentirás conectado con la energía comprendiendo el espíritu que transmiten: de romance, de devoción, de amor, de queja, de alegría o tristeza, de anhelo... simplemente lo sentirás.



## Del sonido sutil al sonido audible

Cuando se intenta lograr a través de la música una energía o espíritu determinado, las técnicas de voz y canto son extremadamente significativas para poder expresar ese carácter en particular. En relación al habla o al sonido, los místicos de la India también descubrieron cuatro formas: *para* o sonido trascendental, *pashyanti* o sonido visualizado, *madhyama* o sonido mental, y *vaikhari* o sonido auditivo. De acuerdo con el progreso en el camino espiritual, uno se va moviendo de *vaikhari* hacia *para*: de lo más ordinario a lo más sutil, o también se puede decir, de los planos inferiores hacia los planos más elevados. A medida que uno se va tornando más y más sensible, meditativo, consciente, atento, vulnerable... la calidad de la voz también va mutando en esa dirección. Esto quiere decir que, si uno desea desarrollar estos aspectos, puede experimentar con la voz, trayendo más atención, sensibilidad, sentimiento, compasión; y esto se verá reflejado en la energía que uno emana hacia adentro y hacia afuera. Cuando



Manish Vyas es un afamado tablista y vocalista.





uno se vuelve más consciente de la voz, el ánimo que se transmite oralmente será totalmente diferente, y la selección de las palabras utilizadas también. Además, una persona más consciente optará por la utilización de menos palabras para comunicar lo que desea.

*Nāda Yoga* es el Yoga del Sonido, es una práctica mística muy antigua que se practica utilizando la voz, la respiración y el movimiento como una forma de sanación, empoderamiento y autorealización. En la India, la música vocal es aquella que posee el lugar más elevado, porque la voz alcanza un nivel de magnetismo y expresión que los instrumentos no pueden conseguir del todo, y además la voz puede reflejar más el estado vibracional de la persona que canta. Es sabido que, a través de los instrumentos de la India, tradicionalmente se ha intentado expresar el sonido de la manera más cercana posible a la voz humana. El *Nāṭya Shāstra*, el texto en sánscrito más antiguo de la India sobre música clásica y artes escénicas, comienza afirmando que, «la garganta humana es una *Shareer Veena*, o un instrumento de cuerda perteneciente al cuerpo». Significa que nuestro cuerpo se convierte en nuestro instrumento musical cuando cantamos. Entonamos este instrumento a través de la postura, la respiración y técnicas vocales específicas.

## No tenerle miedo al silencio

Desde los tiempos de los Vedas, en la India la música ha sido siempre una parte integral de las artes escénicas en el estilo de vida conocido como *Sanantan Dharma*. Es por esto que seres iluminados como Kabir, Nanak, Meera, Chaitanya Mahaprabhu y muchos otros, han transmitido sus mensajes a través del canto. No escribieron libros, ni escrituras sagradas, ni doctrinas. No dieron discursos, simplemente andaban por distintos lugares cantando sus canciones transmitiendo mensajes de sabiduría, verdades de la vida y divinidad.

El propósito de las artes escénicas de la India, incluyendo la música, jamás ha sido el de entretenimiento, sino que el espectador sea capaz de experimentar su propia consciencia, ver y sentir sus valores innatos, y elevarse a un nivel de consciencia más alto. Personalmente, me considero afortunado de haber estado rodeado de algunos seres iluminados desde mi infancia y durante mi vida en la India... y sus voces eran tan hipnóticas, que emanaba música cuando hablaban, y cuando se producía un blanco entre sus palabras, el silencio que se creaba en esas pausas llevaba al oyente a un plano de meditación más profundo. A través de estos seres, he aprendido a llevar más consciencia y atención a la voz, cómo y qué decir, y especialmente cuándo permanecer en silencio, sin tenerle miedo. Es increíble experimentar con la voz a través de su presencia, ausencia y diversas dinámicas. En este sentido, la voz de un ser iluminado se vuelve un medio para conectar con lo divino, y esto es lo que todos estamos buscando de una u otra manera.

## Los mantras

La técnica de voz utilizada en la práctica de mantra puede ser inmensamente sanadora, rejuvenecedora y energizante. Cuando aprendemos sánscrito, no es que en una sesión el maestro enseñe un texto o un mantra, ¡no funciona así! Cuando uno aprende sánscrito, un sonido, fonema o mantra es repetido infinitas veces y practicado durante meses, hasta que cada sonido es emitido de forma 100 % correcta. No es solamente la pronunciación lo que importa, están

también en juego las dinámicas de la voz: dónde se aplican los tonos altos, medios o bajos; así como también la longitud de los sonidos, dónde hacer las pausas, qué palabras se pueden dividir y cuáles no (esto es muy importante saberlo cuando le ponemos una melodía a un mantra,) la acentuación, etc. En sánscrito, los significados pueden variar dramáticamente (o no significar nada) si todas esas variables no son tenidas en cuenta y aplicadas.

Algunos aún no comprenden que la manera en que la ciencia de mantra está siendo difundida en Occidente no sirve para nada... es solo entretenimiento, porque esos artistas nunca han aprendido estas reglas, y muchas veces cantan o recitan palabras que pierden totalmente el significado por su ignorancia sobre este tema –con frecuencia noto que estos artistas incluso cortan palabras o terminaciones de palabras con el fin de que el texto se adapte a sus melodías distorsionando el mantra, y esto es grave–. El problema es que la audiencia no tiene idea de que esto está pasando, pero si los maestros de sánscrito lo escuchasen, se reirían o se cogerían la cabeza.

## La intención cuenta

Es importante también qué tipo de sonidos emitimos y con qué intención, porque el resultado debe ser beneficioso no solo para uno mismo sino también para los demás.

En la India esto lo llamamos *Vak Shuddhi*, que se refiere a la purificación de la palabra o del habla. No se trata de decir «cosas lindas», sino de decirlas con total atención, conciencia y sensibilidad. Es posible observar los tonos de voz escuchándonos a nosotros mismos a través de un simple ejemplo: cuando amamos a alguien y le hablamos, el tono será suave, dulce, sensible. Cuando estamos muy enfadados, la tendencia es hablar con voz alta, intensa, incluso con palabras hirientes. En el primer caso, la voz es suave porque existe una proximidad entre dos corazones, y esto genera que la comunicación se acerque más a un susurro... mientras que en el segundo caso existe una gran distancia y por eso se levanta la voz o se grita. También por este motivo es importante, en la medida de lo posible, intentar rodearnos de sonidos que sean purificantes, curativos, sensibles, pacíficos, meditativos; o como decimos en India, «sátvicos», para que difundan buena energía. Todo nuestro mundo es vibración, encontramos sonidos en todos lados, de todo tipo. Para la protección y elevación de nuestro propio ser, uno tiene que elegir estos sonidos de forma cuidadosa.

En los trabajos que comparto abiertamente con todo el mundo, siempre tengo sumo cuidado en la aplicación de los elementos de esta ciencia del sonido que hemos descrito aquí brevemente, y este ha sido un camino recorrido durante más de 25 años. Este sendero jamás hubiese sido el mismo sin mis Maestros de música y mis Maestros espirituales, quienes han sido una increíble luz guiando cada paso del camino recorrido. Ellos lograron un dominio total de la expresión oral que les permitió llegar con sus voces al alma de aquellos que están en el camino y los que están en la búsqueda, enseñándonos finalmente el arte de «estar en silencio». Este es el espacio donde en última instancia uno debe estar. Desde ese espacio, cada palabra que uno pronuncia se transforma en un mantra, el dichoso sonido de la divinidad: *Ānanda Nāda*. ❀

MÁS SOBRE MANISH VYAS en [www.manishvyas.com](http://www.manishvyas.com).