

## LOS CUENCOS SONOROS

Se trata de instrumentos que parecen recipientes. Pueden estar fabricados en diferentes formas, medidas y materiales (aleación de metales, cuarzo...) que al pulsarlos o frotarlos emiten un sonido rico en armónicos<sup>1</sup>.

No se sabe a ciencia cierta cuál es su origen, aunque sabemos que fueron utilizados durante siglos en rituales *chamánicos* en el Tíbet pre budista y que posteriormente el budismo integró.

Cuando China invadió el Tíbet se produjo una tremenda expoliación de los monasterios y muchos de estos *cuencos* fueron enviados a zonas más seguras (India, Nepal...). Pero al sacarlos de su contexto, también fueron susceptibles de ser descubiertos y adquiridos por personas ajenas a esa realidad. De ahí que ahora se conozcan en occidente.

Hoy en día pueden encontrarse muchísimos no solo en el Nepal o en la India, sino en países occidentales que, posiblemente en otro tiempo, pertenecieran a algún monasterio tibetano. Incluso ya se fabrican en Estados Unidos y en Europa, pero sin la esencia implícita en los auténticos.

Los *lamas* que eran maestros del sonido sabían muchísimas cosas del efecto de las vibraciones sobre la materia (no olvidemos que algunas sopranos pueden romper una copa de cristal emitiendo una nota muy aguda). Sabían más de lo que imaginamos y el manejo de los *cuencos* formaba parte de ese *Conocimiento*. Por ello, al tener muy claro semejante poder y que en manos de cualquiera podía ser peligroso, solo enseñaban a unos pocos discípulos muy bien escogidos y cuya formación duraba años de estudio y disciplina.

Quienes hablan de los *cuencos* con un cierto idealismo ingenuo, omiten todo esto. Y no creo que nadie de los que los utilizan públicamente, tenga una verdadera formación respecto a esta disciplina milenaria, hermética y altamente compleja. Ninguno, por ejemplo, habla de la importancia de las frecuencias rítmicas cuando se hacen sonar, de la necesaria relación sonido/silencio, de la combinación de las diferentes formas de articulación (frotar, percutir...) y la razón de ser de todo ello.

Sé de un par de psicólogos que se dedicaban a hacer “conciertos” con *cuencos* traídos del Nepal. Ante mis preguntas sobre quién les había enseñado, la respuesta era... nadie. Y su criterio para hacerlos sonar era... literalmente ninguno. Es curioso que mi interés respecto a la coherencia de su quehacer les provocara un cierto mal humor.

En otra ocasión, después de una conversación sobre el tema con alguien que también se dedica a esta “afición” en sus momentos de ocio y que tiene toda una infraestructura montada, web incluida, me dijo aceptando los argumentos que le di: *Acabas de echar por el suelo todo el montaje que tengo*. Sin embargo a los pocos días vi, de nuevo, el anuncio de otro de sus “conciertos”.

Muchas de las personas que se dedican a hacer sonar *cuencos*, afirman que son útiles para la curación de enfermedades, para aliviar dolores, para eliminar la ansiedad, el estrés, la depresión, el insomnio, para renovar la energía... y tantas otras cosas.

Sinceramente, no dudo de que esto sea posible. Creo realmente en ello. Pero la formación necesaria y la capacidad para manejar la onda vibratoria con el fin de canalizarla eficazmente, nunca puede ser segura realizada por quien, simplemente, ha comprado unos cuantos *cuencos* en alguna tienda.

---

<sup>1</sup> Los armónicos podrían definirse como sonidos que se producen de manera natural a consecuencia de la resonancia de otro u otros. O, dicho más científicamente; cualquiera de los componentes sinusoidales una onda periódica cuya frecuencia es un múltiplo entero de la frecuencia fundamental.

La formación del terapeuta requiere de, al menos, tres factores básicos:

1. Vocación
2. Honestidad
3. Estudio metódico

Y esto en lo que se refiere a la terapéutica convencional porque, a otros niveles más profundos, aparecen elementos de una sutileza poco asequible a cualquiera. Y el manejo de los *cuencos* entraría en esa otra dimensión.

¿Quién asegura que utilizarlos sin criterio no puede crear resonancias peligrosas en el organismo y en la psique de quien escucha o de quien los toca? Y, como ya he comentado antes, no siempre puede haber una relación causa/efecto evidente entre una sesión de sonidos y un desequilibrio físico o psíquico que tengamos varios días después y/o durante un cierto tiempo.

Otra práctica que se realiza es ponerlos a lo largo del cuerpo, coincidiendo con los siete principales *chakras* y haciéndolos sonar durante un rato más o menos largo para, según dicen, abrirlos o desbloquearlos.

Eso también es peligroso. Recordemos el ejemplo de los diapasones, ya explicado en el apartado anterior. Pero en este caso puede llegar a ser más grave, pues los *cuencos* emiten sonidos mucho más complejos.

Cuando alguien tiene una zona bloqueada o enferma hay que seguir un protocolo dirigido por especialistas. No podemos ir abriendo *chakras* como si fueran ventanas para que entre el aire, ni actuar sobre zonas enfermas sin un conocimiento profundo del organismo y de lo que pueda estar pasando en él.

Un estado de desequilibrio tiene que ver con el flujo energético del cuerpo y está claro que puede provocar el bloqueo, en mayor o menor medida, de algún *chakra*. Pero el bloqueo también puede ser un reflejo defensivo ante la causa que provoca ese estado. Como, por ejemplo, cuando cerramos los ojos de manera refleja si nos salpican con agua o nos echan arena. Se trata de un mecanismo de defensa, de protección.

Tener suficiente criterio para discernir estas cosas y actuar sobre ellas, requiere de una gran formación y de un protocolo por parte del terapeuta:

- Conocimiento profundo del individuo.
- Determinar las causas del desequilibrio.
- Aplicar un remedio integral adecuado.
- Desarrollar una terapéutica pedagógica.
- Hacer un seguimiento.

Y una disposición por parte del paciente:

- Actitud positiva.
- Implicarse en el tratamiento.
- Aprender y mantener un estilo de vida equilibrado.

Ante eso, no puede faltar lo que Felipe de Torres del Solar, padre de la Antropología y uno de los grandes sabios de la medicina natural del siglo XX, enseñó: *La salud se fundamenta en tres elementos básicos; ejercicio, alimentación y reposo. Cada uno de ellos aplicados a nivel físico, emocional, intelectual...*

Es lógico que, ante esta reflexión, parezca muy ingenuo pensar que con comprarse unos *cuencos* y estirar a alguien en una camilla o hacerle un “concierto” ya hay suficiente para curarle, sanarle... y mucho menos crear un efecto regenerativo. Y aunque algunas personas se relajen, hay otro número indeterminado de oyentes que

pueden tener, consciente o inconscientemente, a corto o medio plazo, efectos secundarios.

¿Cómo sabe alguien que hace sonar *cuencos* en uno de esos “conciertos” o en una sesión individual que, de la misma forma que una determinada nota emitida por una soprano puede llegar a romper una copa de cristal, alguno de esos *cuencos* puede emitir una frecuencia que altere algún rincón del cuerpo físico o de la psique del oyente? Y recordemos lo dicho anteriormente:

- No siempre el efecto puede ser inmediato.
- No siempre el efecto posterior puede entenderse como una relación causa/efecto.
- Y, fuera de donde se ha realizado el “concierto” o la sesión “terapéutica”, no siempre puede haber un terapeuta cualificado para discernir qué está pasando realmente y qué hacer ante la aparición del desequilibrio que se ha generado.

El manejo de las energías requiere de un altísimo nivel. Los *cuencos* sonoros son instrumentos de precisión que poquísimas personas pueden manejar. Poquísimas y en contextos muy concretos. Y creo que esto en occidente no se da. Y si se da, debe ser rarísimo.

Parece muy tentador hacer cosas que aparentemente otorgan un cierto poder sobre otras personas. La humildad muchas veces se pierde por esas tentaciones. De ahí que los *lamas* y sus antecesores fueran tan prudentes durante siglos y siglos a la hora de enseñar este *Conocimiento*.

Y para quien pueda pensar que los sonidos creados por instrumentos convencionales (violines, guitarras, pianos, flautas...) podrían crear también resonancias no deseables en el organismo de las personas, hay que decir que esos instrumentos y la música que se interpreta con ellos, han evolucionado paralelamente con la humanidad. No aparecen de repente salidos de un mundo hermético.