

## Sona y el laúd



Síntesis del "**Pequeño sermón a Sona**" de Siddharta Gautama, el Buda, (s.V a.C.)

imagen: Berco

Esto escuché. Un día Siddharta vio sangre en el camino. Los que iban con él le explicaron que se trataba de Sona, uno de los discípulos. Sona estaba lleno de dudas porque veía que no conseguía liberar su mente de prejuicios y de falsas angustias, y no sabía si debía continuar con la comunidad o si era mejor volver a casa. Inmerso en sus cavilaciones se mortificaba caminando descalzo por terreno pedregoso. Siddharta le llamó.

- Sona, tengo entendido que antes de unirme a nosotros eras un gran virtuoso del laúd.
- Tocaba el laúd, sí.
- Pues, a ver Sona, si tensas mucho las cuerdas de tu laúd, ¿suena bien?
- No, qué va. Con las cuerdas demasiado tensas el sonido es muy agudo.
- Y si aflojas demasiado las cuerdas, ¿produce buena música?
- No, tampoco, entonces los tonos son demasiados graves.
- Pues, contigo, pasa lo mismo que con tu laúd. Un exceso de celo, agota la mente y perturba todavía más el movimiento de los pensamientos, mientras que una falta de esfuerzo conduce a la pereza y la dejadez. Aplícate, pues, con un esfuerzo ecuánime, con un celo sereno y constante. De forma gradual, poco a poco, verás cómo obtienes un buen resultado.

## **Reflexiones y sugerencias recogidas en una sesión de trabajo entorno al texto**

Este es uno de los diálogos del Buda que recoge el Majjhima Nikaya ( la "colección de discursos medios" ), una de las cinco colecciones que forman el Sutta Pitaka, o Cesta de sermones (del Buda). Un conjunto de conversaciones con sus discípulos a través de las cuales el Buda expone su propuesta, su visión del camino de sabiduría.

Difícilmente presentaríamos este texto así, directamente, para la reflexión y el diálogo con los niños y niñas. Pero no está de más tenerlo recogido en nuestro "saco de recursos" personal, pues puede aparecer ese momento propicio en la que el texto pueda ayudarnos a ahondar en una situación. Se presentan ocasiones en las que puede ser útil poder reflexionar sobre la toma de decisiones, o los dilemas personales, las dudas... Ocasiones que quizás nos pasan por alto, pero que podrían aprovecharse mejor para tomar una mayor conciencia sobre el hecho de decidir. Porque de hecho, conscientemente o no, estamos permanentemente optando... Y, muy a menudo, con poca conciencia de ello.

El esfuerzo tenso y voluntarioso de Sona invita a plantear el "camino del medio": el esfuerzo justo, sin extremos, desde la comprensión, desde el autoconocimiento, el esfuerzo que permite guiar la vida con sabiduría y armonía. Según la edad y la situación quizás no será todo el texto lo que utilicemos, sino la imagen del instrumento: una buena imagen para poder hablar del equilibrio, de las actitudes que nos ayudan y las que no, de qué tipo de esfuerzo puede ser el más adecuado en una determinada situación, etc.

### **Algunas sugerencias a partir del instrumento musical**

- Antes de introducir la imagen del instrumento para dinamizar algún momento de reflexión, sugeriríamos poder ver, comparar, tocar, tener cerca distintos instrumentos; escuchar alguna pieza. Y al finalizar la conversación, dedicar otros momentos a la audición musical.

- Algunos interrogantes para tirar del hilo: ¿siempre que se toca un instrumento, se hace música? ¿Qué nos sugiere la palabra "afinar" en relación a la música? Si nos viéramos a nosotros mismos como instrumentos musicales... ¿qué querría decir "producir música"? ¿y "afinar"? ¿qué nos sugiere? ¿Cuándo lo que hacemos es música y cuándo es ruido? Ver la conexión que puede haber entre crecer por dentro y aprender a afinar.

- Si vemos al instrumento en la orquesta: para que haya música, armonía... ¿qué hace falta? Todos los instrumentos cuentan, todos aportan, incluso un instrumento aparentemente tan sencillo y pequeño como el triángulo... Si yo fuese un instrumento, (en el grupo, en el barrio, en casa...) ¿Cuál me gustaría que fuera mi "música"?

### **En relación al budismo**

- Si hablando de budismo presentamos el concepto de "camino medio", éste puede ser un buen texto para explorar con los alumnos el sentido de la propuesta del Buda.