

UNIVERSIDAD NACIONAL AUTONOMA
DE MEXICO

FACULTAD DE ESTUDIOS SUPERIORES
IZTACALA

MUSICOTERAPIA: LA VISIÓN DE CARLOS D. FREGTMAN

T E S I N A

QUE PARA OBTENER EL TITULO DE:
LICENCIADO EN PSICOLOGIA
P R E S E N T A:
ARTURO LIRA HIDALGO

ASESORES: LIC. AMADO RAUL RODRIGUEZ TOVAR
LIC. LETICIA SANCHEZ ENCALADA
LIC. MARIA LUISA TAVERA RODRIGUEZ

TLALNEPANTLA EDO. DE MEXICO

ABRIL DEL 2007



Universidad Nacional
Autónoma de México



UNAM – Dirección General de Bibliotecas
Tesis Digitales
Restricciones de uso

DERECHOS RESERVADOS ©
PROHIBIDA SU REPRODUCCIÓN TOTAL O PARCIAL

Todo el material contenido en esta tesis esta protegido por la Ley Federal del Derecho de Autor (LFDA) de los Estados Unidos Mexicanos (México).

El uso de imágenes, fragmentos de videos, y demás material que sea objeto de protección de los derechos de autor, será exclusivamente para fines educativos e informativos y deberá citar la fuente donde la obtuvo mencionando el autor o autores. Cualquier uso distinto como el lucro, reproducción, edición o modificación, será perseguido y sancionado por el respectivo titular de los Derechos de Autor.

Sin música la vida sería un error,
solo ella es capaz de realizar el milagro de hacer
invisible lo material y corpóreo lo espiritual,
solo la música descubre
la cara oculta de la realidad,
solo ella nos permite viajar
a lo eterno y regresar

Friederich Nietzsche

El arte de los músicos
No debe servir al ocio
Sino a la purificación
De los pensamientos propios

Proverbio chino

AGRADECIMIENTOS Y DEDICATORIAS

A Dios, que lo es todo

A mis Padres que son ejemplo de Trabajo,
De Perseverancia, de Amor y de Generosidad

A mi esposa y mi Hijo

A mi familia en todo momento

A mis amigos, muchos de los cuales
Son compañeros de carrera
Y otros tantos compañeros en la música

A los asesores de este trabajo
En especial a Raúl, gracias por el conocimiento,
El tiempo y la paciencia

A mis alumnos

A todos aquellos músicos con quienes he compartido esta hermosa actividad

INDICE

Contenido	Página
CAPÍTULO 1 ANTECEDENTES	
1.1. ¿Qué es la música?.....	4
1.1.1. Componentes de la música.....	4
1.2. Historia de la música.....	7
1.3. Aspectos biológicos.....	15
1.4. Aspectos psicológicos.....	20
1.5. Sobre la música.....	24
CAPÍTULO 2 MUSICOTERAPIA	
2.1. ¿Qué es la musicoterapia?.....	26
2.2. Aspectos metodológicos.....	35
2.3. Características del terapeuta.....	44
2.4. Características del paciente.....	48
CAPITULO 3 LA MÚSICOTERAPIA SEGÚN FREGTMAN	
3.1. ¿Por qué VISION?	51
3.2. El paradigma holístico.....	56
3.3. Música.....	60
3.4. Concepto de hombre.....	64
3.5. Propuesta de Intervención.....	67
CONCLUSIONES.....	71
BIBLIOGRAFÍA.....	75
ANEXOS	

PRELUDIO

Finalmente un intento más, una vez mas, de lograr este trabajo que hasta hoy día ya cumple casi 10 años y que se ha convertido en un lastre difícil de cargar y de soltar, y que ha costado mucho en tiempo, trabajo, conflictos y lágrimas. ¿Qué es lo que hace falta? ¿Motivación? ¿Significado? ¿Decisión? ¿Oportunidad? ¿Una señal? ¿Un motivo? o simplemente la seguridad de que ahora sé lo suficiente como para poder defenderlo ante un jurado de profesionales de la psicología. ¿Qué hace falta? ¿Es que acaso aún no lo sé todo sobre la ciencia y sobre la música como para poder aportar una imagen nueva de la psicología y de la música a la vez? ¿Será que solo se plasma lo que yo espero y he recibido de la música? ¿Es en realidad la perspectiva de Carlos Daniel Fregtman o es la forma en me gustaría que las personas concibieran o conocieran la música? ¿O es que acaso el terminarla significa una derrota ante mi? ¿No es acaso paradójico que el lograr terminarla es un fracaso más que un triunfo? ¿O es que acaso no me concibo aún como un psicólogo (y eso que llevo 3 años impartiendo materias de psicología) como para pretender que se debe de hacer? ¿O simplemente como Ricardo Broschi no tengo un motivo (personal claro) para terminarla?

RESUMEN

En el presente trabajo se hace una revisión de la musicoterapia desde los enfoques “tradicional” (por decirlo de alguna manera) y el de Carlos D. Fregtman, haciendo una comparativa en sus principales aspectos.

En el primer capítulo comienza con la revisión del concepto de música desde lo académico, es decir desde la perspectiva escolar, pasando además por sus aspectos biológicos, histórico y psicológica de la música, así como una conceptualización inicial para entrar al tema de la musicoterapia

En el segundo capítulo se aborda un panorama general de la musicoterapia, sus definiciones, historia, metodología, alcances, áreas en las que se utiliza, así como la evidencia que fundamenta su carácter de disciplina científica, sus alcances y un poco de la estructura de cada sesión. Se integra finalmente una noción de la formación “ideal” del musicoterapeuta, así como del tipo de paciente candidato a musicoterapia.

En el tercer capítulo se presenta la perspectiva de Carlos D. Fregtman, revisando inicialmente por qué el uso del término “paradigma” y contextualizando el enfoque de Fregtman desde la teoría de T. Kuhn, además se revisa el paradigma holográfico, el concepto de música, de hombre, de musicoterapia y, finalmente, se vislumbra un propuesta de trabajo en musicoterapia desde el enfoque holístico de Fregtman

Concluye el trabajo encontrando diferencias sustanciales entre las diferentes perspectivas, no solo en su conceptualización sino en su práctica en si, de tal suerte que se puede concebir la teoría de Fregtman como un puente entre las filosofías occidental y oriental, de la misma manera en que se le puede concebir como un paso mas en el avance científico de esta disciplina que es una integración de la música, la ciencia y la salud,

Introducción

La música a lo largo de la segunda mitad de mi vida ha significado mucho más que el hacer surgir el sonido combinado con silencios en un tiempo determinado y sistemático de un ejecutante en relación con su instrumento, la música es comunicación, encuentro, expresión, armonía, pasión, comunión, la música es..... ES. Esta primera reflexión me lleva a la necesidad de buscar un conocimiento más allá de la concepción tradicional de música y obtener así otro enfoque (en este caso holista) que amplíe, cambie o complemente mi visión. Otro punto importante es lograr un entendimiento más profundo de todos los aspectos que envuelven la relación persona instrumento, por un lado es el contexto, la emoción, la personalidad y el sentimiento de quien ejecuta, y, por otro lado, las características propias del instrumento, a decir, figura, sonido, matiz....., ambos, persona e instrumento, son una unidad, como lo es este universo en el que existimos..... , coexistimos

Todo lo anterior se vincula de manera directa con el objetivo bajo el cual pretendo guiar mi investigación, que es el de desarrollar un bosquejo de la metodología y aplicaciones dentro del área clínica de esta alternativa llamada musicoterapia, en su enfoque tradicional y en el enfoque holista, así como tener una idea más clara de lo que la música puede provocar en el ser humano concebido como y, dentro de una totalidad. Aún sin pretenderlo de manera formal, también se vislumbra una pequeña revisión de algunas perspectivas dentro de la psicología, así como un bosquejo de otras tantas perspectivas en la filosofía de la ciencia.

Quiero mencionar asimismo que el investigar la musicoterapia me involucra desde el momento en que me considero un músico con inquietud de entender el poder de la música en todos los sentidos, y en su momento, de poder utilizarla con fines terapéuticos, no sólo en lo que respecta a las demás personas sino también en mi, que en un poco o en un mucho he vivido la experiencia musical desde

quien ejecuta y desde quien percibe, de una manera sensible, el mensaje musical.

Finalmente y a manera de muestra presento aquí estas “viñetas musicales” seleccionadas por su contenido y mensaje

- ♪ “Prefiero pensar en música como lenguaje, no como matemáticas”. Bruce Forman. [1]
- ♪ “Una vez que estoy en el escenario la tensión explota y me siento bien. Me voy a otro mundo, como si me pusiera en trance, haciendo lo que amo más, expresándome a mí mismo a través de la guitarra”. Jimmy Page, Led Zeppelin. [2]
- ♪ “La música debe llegar al corazón antes que a los oídos”. Stradivarius.
- ♪ “ me gustaría que la gente escuchara con los oídos, no con los ojos” [3]
- ♪ “La música de la vida corre el riesgo de perderse en la música de la voz”. Mahatma Gandhi
- ♪ La música no es solo un arte, es una cosmovisión, una filosofía, una forma de vida, una forma de ser y de ver el mundo, una retórica de la emoción, la historia de las pasiones, lo indecible adaptado a lo aceptable.....

CAPITULO 1 ANTECEDENTES

1.1. ¿Qué es la música?

En un primer plano surge la pregunta obligada en este trabajo: ¿qué es la música?, en donde encontraremos una infinidad de definiciones. “Música es el arte de combinar los sonidos y los silencios con el tiempo” (Carrillo y Cataño, 1970); “La música es la ciencia y el arte de los sonidos” (Moncada, 1977); “La música es el arte del sonido ordenado” (Caballero, 1987); y así podemos seguir con un sinfín de definiciones acerca de la música.

1.1.1. Componentes de la música.

Los tres componentes fundamentales de la música son la melodía, el ritmo y la armonía. Los estudiaremos por separado, pero ha de comprenderse que están fundidos en la unidad musical.

a) La melodía. Podemos definirla como una sucesión de sonidos cuyas relaciones permiten una percepción global. El sonido se define por su altura, su intensidad, su duración y su timbre. Los sonidos que constituyen señales van a delimitar la música en el tiempo y a formar un medio de aprehenderla.

b) El ritmo. Platón definía el ritmo como “orden en el movimiento”, definición en la que se reúnen elementos estructurales y dinámicos. El ritmo está compuesto por una periodicidad y una estructura comprendidas en una globalidad, y se organizan sobre la base de esquemas dinámicos y repetitivos. El ritmo estructura el tiempo, pero la respuesta que suscita estructura el espacio, y ello dentro de un real contenido emocional.

c) Armonía. A la inversa de la melodía, en la cual los sonidos se encuentran repartidos en el tiempo, la armonía organiza los sonidos en forma simultánea o acordes (Gaetner, 1981)

La percepción de los sonidos provoca en el ser humano un tipo de resonancia

por simpatía, según una escala de tonos que se encuentra entre las cuatro octavas que pueden alcanzar la voz humana. Las posibilidades vocales del ser humano, desde la voz hombre más grave hasta la voz de la mujer más aguda, pueden llegar desde 65 Hz. hasta las 1.046 Hz., es decir, del Do1 al Do5. (4 octavas). En un principio se le atribuía a la fuerza cósmica la existencia del sonido, además de creer que el sonido existía como una fuerza natural del Universo, que aunque no podía ser perceptible a los oídos del hombre estaba y era producida por los cuerpos celestes, en armonía con las matemáticas del macrocosmo, y es cuando los seres humanos comienzan a darle un fin curativo a la música (musicoterapia)

"La música proporciona alimento emocional, alegría, felicidad, y la oportunidad de descubrir en nuestro interior, la naturaleza más elevada". (Quintanar Leyva Samantha, 2002 www.tlali.iztacala.unam.mx)

Está comprobado que existe una respuesta vegetativa, fisiológica e involuntaria de nuestra respiración, y la frecuencia cardíaca o pulso sanguíneo ante la audición de diferentes composiciones musicales, las cuales siguen el ritmo de la música, funciones éstas, que en la relajación y sobre todo en el sueño, disminuyen su actividad.

Otra cosa que se ha comprobado que la música puede influir en la conductividad eléctrica del cuerpo humano, al registrarse mediante galvanómetros los cambios en la resistencia eléctrica de la piel, manifestándose como un crecimiento en las fluctuaciones del índice psicogalvánico. Además de que como es la musicoterapia tiene efectos de tipo afectivo y mental contribuyendo a un equilibrio psicofísico que se basa en su poder calmante y reconfortante. (Quintanar Leyva Samantha, 2002, www.tlali.iztacala.unam.mx)

Los transcurso sonoros que llamamos música son percibidos de distinta

manera según las culturas. Así, un oriental puede tener un mundo sonoro musical incorporado a su bagaje mental que difiere mucho del que exhibe un occidental. Es bien conocida la circunstancia en que un diplomático oriental fue invitado a un concierto con obras de Beethoven, expresando al final que le había gustado el "comienzo". El "comienzo" era la tarea de afinación de orquesta... El occidental que escucha una música microtonal experimenta una desagradable impresión de sonidos "desafinados" o inconexos, debido a su falta de frecuentación y porque está por siglos falto de un mayor entrenamiento en discriminación auditiva (Pérez Chiarelo Rodolfo, 2002 en www.temakel.com)

La música se disfruta y valora de manera universal y puesto que juega un papel integral en la vida cotidiana, la idea de utilizarla para propósitos terapéuticos parece evidente y fascinante. La mayoría de la gente reconoce el poder de la música para mover emociones y muchos ya han descubierto sus beneficios terapéuticos a través de sus propias experiencias personales (www.agruparte.com, 2002)

A fin de cuentas, considerar un concepto de la música desde la perspectiva netamente conceptual y académica nos deje un poco cortos en nuestra intención, así que sería interesante y tal vez necesario abordar dicho concepto desde una perspectiva social, antropológica, religiosa..... cotidiana.

[1] Carrillo y Cataño, 1970

[2] Moncada, 1977

[3] Caballero, 1987

[4] Gaetner, 1981

[5] Quintanar Leyva Samantha, 2002 www.tlali.iztacala.unam.mx

[6] Quintanar Leyva Samantha, 2002 www.tlali.iztacala.unam.mx

[7] Pérez Chiarelo Rodolfo, 2002 en www.temakel.com

[8] www.agruparte.com, 2002

1.2. Historia de la música

Siempre existieron sonidos agradables, por que hasta en ese pasado sombrío en que sólo había agua sobre la tierra, debieron bramar suavemente las olas, como redobla un gran tambor, y oírse el espléndido fraguar del trueno al descargarse el rayo, y el agudo silbar del huracán.

Y luego, cuando la tierra surgió del mar, y la vida comenzó a palpitir por todas partes, se oyeron el suave murmullo de las hojas, el lamer de las olas, el gorgoteo de los arroyuelos, el agradable zumbido de los insectos y el canto de los pájaros. Todo esto es la música de la naturaleza, la música que los primeros compositores se esforzaron en imitar, con sus flautas, tambores y cuernos.

Un chiquillo trata de imitar el sonido del gato o el ladrido del perro. A él le resulta tan natural copiar los sonidos que oye a su alrededor, como aprender a hablar, ¡y trabaja de firme en eso además!. Es precisamente lo que trataron de hacer los hombres primitivos. Copiaban lo mejor posible los sonidos de los animales y, sobre todo, de los pájaros, por que los hombres tienen un excelente mecanismo natural para causar bellos sonidos. Es su capacidad para silbar, como lo hacen los pájaros.

Puede imaginarse como, reunidos en una caverna, de noche o durante un frío día de invierno, los hombres primitivos le pedían a un miembro habilidoso de la tribu que imitara los reclamos de los diversos pájaros... o todo un concierto, quizá, formado por sus imitaciones del canto del ruiseñor.

Pero también gustaban de otros sonidos: el lejano redoblar del trueno y los constantes latigazos de las olas, estos sonidos resultaban más difíciles de imitar, pero eran muy adecuados para marcar el tiempo y señalar el ritmo. Finalmente, cuando alguien tuvo la feliz idea de estirar un cuero curtido de algún animal sobre un bastidor, pudo obtenerse el majestuoso retumbar del trueno de una manera

capaz de deleitar a todos. Al principio sólo usaron en actos religiosos ese maravilloso recurso, pero luego lo incorporaron a la música civil, y hasta el día de hoy, las tribus salvajes se deleitan con sus tambores de las más diversas formas y tamaños.

Más tarde, los hombres primitivos aprendieron los gratos sonidos que se pueden lograr pulsando una cuerda y los bellos tonos que emiten una caña o un tubo cuando se les perfora en los sitios adecuados. Quizá, antes, habían ya descubierto que si se soplabá sobre una brizna de hierba sujeta entre los dedos, se producían sonidos musicales, inventándose así la lengüeta de los instrumentos de viento. Cuando se alza por primera vez el telón del drama de la historia, allá entre los años 4000 y 5000 a. C., la gente que aparece en escena tiene ya tambores e instrumentos de cuerda y pronto se añaden los cuernos, flautas y trompetas. Tanto a lo largo del Nilo como en las riberas del Tigris y el Eufrates, en el oeste de Asia, los hombres producían su música experimentando con estos tres tipos de instrumentos. Algunas de sus liras y trompetas eran ya de hermoso aspecto.

Pero aquellos hombres no consideraban todavía la música como algo que debiera disfrutarse por sí mismo. Era más bien un acompañamiento de la poesía y la danza, y sus tonos eran tristes o alegres según el estado de ánimo que aquellas convinieran. Fue ese acompañamiento de la danza lo que creó el ritmo, ese emocionante acento o subrayado que cae sobre golpes periódicos. Es la armonía del ritmo lo que hace gustar de la danza o de la marcha o seguir el compás de la música en cualquier otra forma.

Al principio los hombres primitivos se limitaban probablemente a golpear sus instrumentos. Pero cuando empezaron a crear bailes, la música se dividió naturalmente, de acuerdo al tipo de danza que debían seguir, en grupos de dos tres o cuatro golpes, acentuando uno de éstos en cada grupo. Esta sucesión de percusiones acompasadas es lo que forma el ritmo.

El hombre ha creído en una época que el sonido era una fuerza elemental cósmica que existía en los comienzos del mundo y que adquirió entonces forma verbal. Hallamos muchas leyendas acerca de la creación del universo en las cuales el sonido desempeña una función principal. Los egipcios creían que el Dios Thot había creado el mundo no con el pensamiento o la acción, sino con su voz únicamente. De su boca y de los sonidos que producía nacieron otros cuatro dioses dotados de igual poder quienes poblaron y organizaron el mundo.

Marius Scheider (citado en Alvin, 1967) afirma que en las concepciones filosóficas que derivan de la cosmogonía persa e hindú, el universo había sido creado de una sustancia acústica. Dice "El mundo había sido creado de un sonido inicial que, al emerger del abismo, primero se hizo luz y poco a poco una parte de esa luz se hizo materia. Pero esta materialización nunca fue completa, pues cada cosa material continuaba manteniendo más o menos sustancia sonora de la cual fue creada".

Como Dios creó el mundo a partir del sonido y como el sonido y la música fueron dados a los hombres por los dioses, será siempre la música, en sus sonidos, donde el hombre encontrará la clave de la voluntad de la divinidad y de los de la creación. En China, existe la historia del gran taoísta Huan Yi, quien no sólo fue un sabio iluminado, sino también un maravilloso flautista. Un dignatario taoísta se enteró de que Huan Yi se encontraba de viaje por las cercanías y envió un mensajero con la petición de que viniera a verlo para compartir con él su sabiduría. Entonces "Huan Yi descendió de su vehículo, se sentó en una silla y tocó tres veces la flauta. A continuación volvió a subir al coche y partió. Los dos no intercambiaron palabra alguna, pero el dignatario -según narra la tradición- se convirtió en un sabio a partir de entonces (Ierardo, 2002, www.temakel.com)

En las tierras del sur americano, donde la realidad es mito y leyenda de antigua estirpe, los más viejos entre los viejos afirman que el padre - creador de la música- es el viento. No les faltan razones, porque es cierto que allá, curruf (viento) sopla

sus flautas en los pajonales; se vuelve trompeta en los remolinos; redobla como timbal entre las piedras y el agua; y es manso violín en los cañadones protegidos. Posiblemente haya sido el viento, el maestro de la música para las culturas australes, el que les legó su manera de hacerla (Ierardo, 2002, www.temakel.com)

Los primeros babilonios y los griegos antiguos relacionaron el sonido con el cosmos, a través de una concepción matemática de las vibraciones acústicas vinculadas con los números y la astrología. Los filósofos pitagóricos concebían las escalas musicales como un elemento estructural del cosmos. Enseñaron y practicaron un sistema de vida basado en la creencia de que el alma es prisionera del cuerpo, del cual se libera al morir y se reencarna en una forma de existencia, más elevada o no, en relación con el grado de virtud alcanzado. El principal propósito de los seres humanos tendría que ser la purificación de sus almas mediante el cultivo de virtudes intelectuales, la abstención de los placeres de los sentidos y la práctica de diversos rituales religiosos. Los pitagóricos —que descubrieron las leyes matemáticas del tono musical— dedujeron que el movimiento planetario produce una “música de las esferas”. También creían que la “armonía de las esferas” eran los sonidos inaudibles producidos por los movimientos de los cuerpos celestes que expresaban la armonía matemática del macrocosmos. (Encarta, 2001)

La misma idea de que los sonidos celestiales podían ser inaudibles al oído humano, existía también en creencias religiosas, pero esa idea fue totalmente mística y no tenía bases científicas. El hombre ha creído en algunas épocas que la música del paraíso divino podía ser oída y aceptada pero sólo por hombres de inspiración divina. El compositor cristiano Bizantino, sabía que el prototipo de las melodías religiosas era el canto de plegarias de los ángeles, inaudible para los oídos humanos pero transmitido y hecho audible por los himnógrafos inspirados (Alvin, 1967)

En todos los tiempos las revelaciones, las inspiraciones y alucinaciones han sido difíciles de distinguir entre sí, son fenómenos extrasensoriales y a menudo relacionados con trastornos mentales. El sonido puede ser causa de ilusión por la cual el hombre, primitivo o civilizado, sano o insano, trató de comunicarse con un mundo psíquico invisible.

Desde el renacimiento hasta nuestros días, las creencias en la relación entre los sonidos y el cosmos no han sido del campo de la especulación intelectual metafísica. Sin embargo su relación matemática puede tener una connotación emocional para algunos escritores que hablan de la "lógica celestial de Bach".

El hombre primitivo explicaba los fenómenos naturales en términos de magia, y pensaba que el sonido tenía origen sobrenatural. "El sonido –dice Albert Einstein- debe haber sido para el hombre primitivo algo incomprendible y por consiguiente, mágico y misterioso". Es verosímil que el sonido expresaba para él la disposición de ánimo, las amenazas o las órdenes de los espíritus que lo rodeaban. Era un medio de comunicación con un mundo permanente pero invisible y conservaba con él una identidad inconfundible. Este fenómeno ha sido observado en muchas partes del mundo.

La imitación y la repetición son dos procesos mediante los cuales el hombre aprende, evoluciona y crea. Ambos procesos son aplicables al sonido cuando éste llega a ser un lenguaje verbal y musical. El sonido organizado que tiene ya sentido y expresión necesita no perder completamente su carácter misterioso cuando se hace simbólico y expresa una emoción o un pensamiento humanos. Cuando el hombre creó la música suponía todavía que tenía origen sobrenatural y que no era su obra. En todas las civilizaciones conocidas, la música ha sido tenida por producto de origen divino. En todas partes fue considerada no como una creación del hombre sino como la obra de un ser sobrenatural. No hay nada similar en la historia del arte o del dibujo. Naturalmente el hombre ha dado a la música los poderes que atribuía a los dioses. El empleo de los cantos mágicos es un hecho

de los más antiguos en la historia y tiene una importancia única en la historia de la civilización.

Por la naturaleza impalpable e inmaterial del sonido, es fácil referir la música a las comunicaciones con el mundo sobrenatural e invisible. Quizá el hombre ha sentido que podía participar de su condición divina cuando la usaba por si mismo, quizá la música es la única partícula de esencia divina que el hombre ha logrado capturar, la música le ha permitido comunicarse con los dioses, los dioses la han dado al hombre, y el hombre ha hablado con los dioses mediante la música (Alvin, 1967)

El hombre es la más misteriosa de todas las experiencias. Es por eso que el arte y la ciencia se esfuerzan por hacerla inteligible. El hombre posee una naturaleza y una historia. Quizá para tener un nuevo punto de vista acerca de él no exista mejor camino que considerar su evolución. Es cierto que no podemos comprender bien al ser humano si no conocemos cómo llegó a ser lo que es. Para entender la naturaleza y función de todo organismo viviente debe de estudiarse su historia, es decir, su evolución. El hombre no sólo es una criatura de esta tierra sino del universo que se ha desarrollado hasta alcanzar el estado presente en completa armonía con las leyes y principios del universo, y está sujeto a ellos. Existe sólo una especie de hombre y todos estamos sujetos a ella. No solo nos hemos modificado, sino que nos estamos modificando y siendo modificados. El hombre, al cambiar los conocimientos acerca del mundo, cambia el mundo que conoce, y cambiando el mundo en que vive, el hombre mismo cambia. Aún cuando el organismo humano es el más complejo, constituye una unidad biológica y opera siempre de acuerdo con los principios de la biología. La naturaleza humana es el resultado de la interacción de lo que está dentro del hombre y de lo que está fuera de él.

Vivimos en una situación universal, no diversa. La tierra, los mares, los planetas, los animales, y el hombre comparten la misma clase de sustancias constitutivas: los elementos, las moléculas y los átomos. Por eso, todo lo que vive es como nosotros. Los mecanismos reproductores y hereditarios básicos constituyen una propiedad común a todas las plantas y animales. Los genes y cromosomas existen en los girasoles, las rosas, los cactus, los peces, los reptiles, los pájaros y los mamíferos.

La música no es mística, es misteriosa, es cierto que todavía no sabemos por qué es bella, pero esta no es una razón para considerarla como algo del más allá. Si así lo hiciéramos estuviésemos tan equivocados como atribuir los desórdenes de la conducta a la infiltración de malos espíritus.

Las dos características distintivas de la evolución humana son su sociedad y la gran complejidad de su cerebro. Se hallan en un elevado grado de interacción, y cada una depende de la otra. En la sociedad humana, sus miembros se han agrupado muy estrechamente y convertido en seres muy independientes. Su cerebro hace posible la locución, el pensamiento abstracto y la comunicación no verbal por medio de la música.

Einstein ha dicho algo que necesitaba ser expresado y que nadie ha dicho mejor que él: "lo más incomprensible acerca del mundo es que puede comprenderse" (Gastón, 1988) Esta prudente observación significa, en parte, que la cosa más difícil de entender sobre el hombre es cómo llega a conocer el mundo que lo rodea. Si no existiera la posibilidad de comprender el mundo externo no habría música dado que es precisamente del mundo externo de donde provienen los primeros estímulos. De todo lo que el hombre hará, pensará o sentirá. En esencia, la experiencia sensorial de oír que el hombre tiene es lo que permite que su música exista, pues a pesar de todo el equipo genético y de todas las potencialidades con que cuenta el recién nacido, sin los sentidos, está destinado

al total aislamiento.

El papel que la música tiene en la vida del hombre: enriquecer, es también una de las principales funciones de la musicoterapia, pues muchos de sus pacientes, en especial los niños, carecen del enriquecimiento que se logra mediante la música.

No podemos olvidar que algunos compositores de vanguardia basan sus composiciones musicales sobre combinaciones matemáticas calculadas con aparatos electrónicos. Así entramos a un nuevo mundo musical en el cual algún día el hombre quizá pueda encontrar un elemento terapéutico, si la verdad objetiva puede ser terapéutica. La música electrónica ha abierto un nuevo campo de interés a los terapeutas, pues permite al hombre comunicarse con un mundo extraño a las emociones y símbolos humanos.

Nuestros sentidos nos proporcionan el material básico de lo que ha de ser nuestra inteligencia, pero también de lo que ha de ser nuestro sentido estético. Nunca podremos lograr el placer total de nuestra capacidad de humanos a menos que crezcamos y nos desarrollemos dentro de un ambiente musical rico, (Gastón, 1988 [8])

[1] Alvin (1967)

[2] lerardo, Esteban (2002), www.temakel.com

[3] idem

[4] Enciclopedia Encarta 2001

[5] Alvin (1967)

[6] Alvin (1967)

[7] Gastón (1988)

[8] Idem

1.3. Aspectos biológicos

Actualmente se emplea la música en el tratamiento de la Afasia, pérdida del lenguaje, la esquizofrenia y otros trastornos mentales, y se recomienda a los que sufren de asma y de las vías respiratorias. La terapia musical también tiene sus éxitos con niños que sufren de Autismo, tendencia de ausentarse del mundo exterior y concentrarse en su propio interior. (Olvera Nieto Marcos Benjamín, 2002, www.tlali.iztacala.unam.mx)

La música estimula el cerebro ayudando a que durante los primeros años de vida las neuronas establezcan más conexiones entre sí. Al parecer, el estudio de la música se relacionaría con el desarrollo de la inteligencia: esto es lo que se llama, "efecto Mozart" (www.aldeabebe.com 2002)

Tomaremos el concepto de complejo sonido-ser humano y la figura 1. En el sector A, observamos los elementos productores de estímulos sonoros. Posiblemente en el futuro de la musicoterapia, los aparatos electrónicos, sobretodo el sintetizador electrónico, irán adquiriendo, a medida que su posibilidad de maniobra sea fácil, enorme importancia para el quehacer terapéutico.

En el sector B, observamos los estímulos sonoros que impresionan a nuestro sistema sensorial. El mundo sonoro que nos rodea es infinito, desde el silencio hasta los sonidos imperceptibles, también de trascendental significación en el futuro de la musicoterapia, ya que ellos podrán impresionar nuestro inconsciente burlando los mecanismos de defensa del yo. Los sonidos que son percibidos por nuestro organismo a través de un sistema de percepción interna que aún desconocemos, como son los latidos cardíacos, los ruidos intestinales, los roces articulares, el pulso, los procesos enzimáticos. Muchos de estos sonidos integran la lista de los sonidos regresivo-genéticos.

En el sector C figuran todos los sistemas de percepción de esos sonidos, como

el sistema auditivo, el sistema de percepción interna, el sistema táctil y el sistema visual por donde penetraría el sonido como símbolo que luego se convertirá en sonido.

En el sector D figuran el sistema nervioso y su interrelación con los otros sistemas como el endocrino. Observamos el cerebro, o sea, el sistema cortical, el tálamo o sistema subcortical y la interrelación tálamo hipofisiaria, el bulbo, la médula y sus conexiones con el sistema vago parasimpático el sistema autónomo.

El tálamo es el sitio a donde llegan las sensaciones, emociones, que quedan allí en un plano no consciente; es decir, que mediante un ritmo musical podemos condicionar una respuesta inconsciente automática. Una persona puede tamborilear con sus dedos o silbar siguiendo la música a este nivel del tálamo, pero sólo a nivel cortical es posible apreciar conscientemente la música. Por eso el ritmo y quizá la melodía son atributos del hombre y de los animales, puesto que ambos se desarrollan a nivel subcortical, pero la armonía que ya es una producción intelectual, sólo se puede realizar en el ámbito cortical y es atributo exclusivo del hombre; es allí, en el pasaje del tálamo a la corteza donde los elementos musicales y sonoros pueden sufrir inhibiciones y desplazamientos que aún desconocemos (Benenzon, 1985)

La música está muy ligada a las funciones del lenguaje, por lo tanto los defectos en las funciones musicales aparecen casi invariablemente unidas a incapacidades de otras funciones motoras, de las cuales el discurso y la conversación son las más notables; las áreas anatómicas cerebrales apoyan estos postulados. Así, en el lóbulo temporal los centros del lenguaje y de la música se encuentran muy cerca el uno del otro.

Con respecto a la relación neuroendocrina, un ejemplo claro es el que ofrecen las madres que al oír desde lejos el llanto de sus hijos inmediatamente tienen secreción láctea que no pueden contener. El llanto del niño puede favorecer

también la homeostasia posparto, ya que produce la contracción uterina por reacción de la hormona oxitócica. Finalmente en el sector E figurarían las respuestas.

Resumiendo las investigaciones sobre los efectos biológicos del sonido y de la música en el ser humano se puede decir que:

- ♪ según el ritmo, incrementa o disminuye la energía muscular
- ♪ altera la respiración o altera su regularidad
- ♪ produce efecto marcado pero variable en el pulso, la presión sanguínea y la función endocrina
- ♪ disminuye el impacto de los estímulos sensoriales de diferentes modos
- ♪ tiende a reducir o demorar la fatiga y, consecuentemente, incrementa el endurecimiento muscular
- ♪ aumenta la actividad voluntaria, como escribir a máquina e incrementa la extensión de los reflejos musculares empleados en escribir, dibujar, etc
- ♪ Es capaz de producir cambios en los trazados eléctricos del organismo
- ♪ Es capaz de provocar cambios en el metabolismo y en la biosíntesis de variados procesos enzimáticos (Benenson, 1985)

Consideraremos también las observaciones de la acción que ejerce la música en el cuerpo según el doctor Andrzes Janik (Citado en Nieto Olvera Benjamín)

- ♪ Ritmo cardíaco

- ♪ Tensión arterial
- ♪ Secreción de los jugos gástricos
- ♪ Tonicidad muscular
- ♪ Funcionamiento de las glándulas sudoríparas
- ♪ Equilibrio térmico de la piel
- ♪ Aumenta el metabolismo
- ♪ Acelera la respiración o disminuye su frecuencia
- ♪ Influye en el volumen relativo de la sangre
- ♪ Modifica las características del pulso
- ♪ Modifica la presión arterial
- ♪ Disminuye el impacto de los estímulos sensoriales
- ♪ Reduce la normal sugestibilidad

Los psicólogos emplean la música para despertar la atención y estimular la confianza del individuo en sí mismo, así para aliviar tensiones nerviosas y depresiones psíquicas. Después de las dos guerras mundiales, se empleó la musicoterapia para el tratamiento de la neurosis en los soldados. En muchos hospitales, se toca cierta clase de música que actúa como un calmante y también que facilita la digestión. En las clínicas modernas, se dispone de música especialmente para disimular el nerviosismo y el zumbido de algunos aparatos. En

términos generales, la medicina contemporánea y la música tienden tres aplicaciones principales: como medio de aproximación y sociabilidad entre pacientes, para mejorar el funcionamiento del cuerpo, y calmar temores y confusiones.

Se presenta en un cuadro resumido, toda la acción que ejerce la música en lo que respecta al campo de la psicofisiología, es decir, sobre la psiquis y el organismo humano. Ver Anexo 1

[1] Olvera Nieto, revisado en 2002, Iztacala Revista electrónica

[2] www.aldeadebe.com, revisado en 2002

(3) Benenzon, 1985

1.4. Aspectos psicológicos

En este tema nuestro contenido se extiende lo necesario para adentrarnos en aquello que más nos compete como psicólogos, ya este autor lo describe de una manera que se antoja poético casi propositivo por si mismo, cito: “En nuestra vida diaria, el espacio reitera sus formas y perfiles. La realidad conocida y repetida no es sinónimo de lo real de por sí. La pobreza de nuestros sentidos nos permite acceder sólo a unas escasas hebras del mundo. Vivimos entre cascadas de agua verde y árboles de búhos mágicos. Pero no alcanzamos a escuchar ningún rumor secreto; en nuestra existencia cotidiana ninguna imagen sorpresiva nos visita. No tocamos numerosas cuerdas del arpa de lo real. Por eso, decidí fomentar un viaje hacia lo no experimentado. Una expansión hacia lo perceptible más allá de la frontera de la palabra y los sentidos normales. Un poderoso timón para este viaje sonoro es el sonido y la oscuridad. El sonido impacta nuestra sensibilidad en un resquicio previo a la conciencia y el discurso. Lo sonoro puede impeler, en nuestro cuerpo y en el espacio mental, sensaciones no percibidas antes. Lo oscuro nos retrae a la escena otra del vientre materno, lo intrauterino y la combinación de temor y fascinación del niño ante la noche y la penumbra. A través del sonido y la oscuridad, podemos saltar hacia una realidad anterior a la idea de existencia contenida en nuestras palabras y en nuestra arquitectura cultural” (Esteban Ierardo, 2002)

Complementa lo anterior Néstor Puchetti de la siguiente manera, cito: “Hay algo más en la música y en el sonido puro de lo que conscientemente percibimos. Cuando escuchamos con atención, la música puede evocarnos memorias, disparar imágenes desde nuestro inconsciente y llevarnos a lugares imaginarios, en donde las puertas que podemos abrir son infinitas, tanto en uno mismo como en cada uno de nosotros. Y creo que la riqueza y el propósito de los viajes sonoros radican precisamente en eso, en la apertura de aquellas puertas, que, quizás, en nuestra vida cotidiana ni siquiera percibimos. Con solo el estímulo sonoro, sin la influencia externa de la imagen conductiva (y en nuestros tiempos

casi narcótica), podemos sumergirnos en nuestros propios paisajes internos. Y todo esto en un ámbito grupal, en donde a veces el inconsciente imaginario colectivo genera situaciones especiales, a pesar de que, en sí mismo, el viaje sonoro sea una experiencia subjetiva”. (Puchetti Néstor, 2002, www.temakel.com)

Las respuestas a la música que llegan primero desde un estímulo son tanto biológicas como psicológicas. Su interacción se traduce en un efecto general relacionado con la combinación de los variados elementos musicales presentes en una misma pieza; por ejemplo, cuando la melodía y el color, o el ritmo y la agudeza van juntos. La misma melodía ejecutada sobre diferentes instrumentos o a diferentes alturas –en distinta tonalidad- puede provocar reacciones diferentes y aún algunas veces de tipo opuesto.

La música ha sido en todos los tiempos un medio ofensivo o defensivo. Fue utilizado para provocar un estado patológico, a veces de naturaleza contagiosa, o estuvo destinada a poner remedio a un trastorno, a calmar al paciente o volverlo a la normalidad. La música puede producir estados mórbidos y excitarlos o relajarlos. Las respuestas psicológicas a una experiencia musical dependen de la capacidad del oyente o del ejecutante para comunicarse e identificarse con ella. Esto no depende necesariamente de la calidad de la música ni del nivel de la ejecución. La fantasía, las asociaciones o la autoexpresión encontradas en la música provienen de lo que ya existe en el individuo: tenemos que descubrirlo y suele ser revelado por la propia experiencia.

La música actúa sobre los niveles del yo, del ello y del superyó. Es capaz de despertar o expresar instintos primitivos y aún ayudar a que se manifiesten, puede contribuir a afirmar el yo, liberar o dominar las emociones al mismo tiempo, dar un sentido de finalidad al oyente o al ejecutante, puede sublimar algunas emociones, satisfacer el deseo de perfección a través de experiencias estéticas y espirituales muy nobles. La música puede expresar toda la gama de las experiencias del hombre por su relación con los tres niveles de la personalidad. El conocimiento de

la personalidad y su respuesta a ciertas experiencias nos permite comprender el sentido y el valor de sus respuestas a la música y a aplicarlas terapéuticamente. Los principales efectos psicológicos de la música sobre el individuo pueden dar origen a la comunicación, la identificación, la asociación, la fantasía, la expresión personal y el conocimiento de sí mismo.

Comunicación. La música es un medio de comunicación. En esta simple verdad reside el valor terapéutico de la música, pues la enfermedad es el resultado de una brecha en las comunicaciones. La música expresa sentimientos que surgen de una situación y a menudo no es imitativa (Alvin, 1967).

Asociación. La música es parte de tantas funciones y sitios, que todo ser humano está expuesto a ella de varias maneras, no sólo la relaciona con estados de ánimo reales, sino también con las experiencias pasadas. El hombre absorbe los sonidos, a menudo con forma inconsciente, y retiene la música en la mente, quizá pasajes muy breves, que pueden traerle a la memoria hechos, estados de ánimo o sensaciones perceptuales tales como olores, contactos o colores. Las experiencias personales en música parecen dejar una huella muy profunda en la memoria y quizá lleguen a asociarse con sentimientos de buen éxito o de fracaso. Mucha gente es más sensible y vulnerable a la música que a cualquier otro estímulo, aunque no sea especialmente receptiva para la música. La música puede provocar indirectamente un fracaso o un buen éxito con el cual esté asociada.

Autoexpresión. La música tiene el poder de evocar, asociar e integrar, es por esa razón un recurso excepcional de autoexpresión y de liberación emocional. Usamos la música para extraer nuestras experiencias subjetivas y para restablecer nuestro equilibrio personal. Dentro de las funciones más trascendentes de la música de hoy está el dar al hombre una salida emocional mediante una experiencia estética adaptada a su nivel de inteligencia y educación.

Una emoción es lo que nos mueve, como su nombre lo indica. Procede de una

acumulación de energía anterior a la descarga. La emoción es una reacción dinámica a ciertas experiencias y necesita una salida, pues la inhibición y la represión están entre las principales fuentes de los desórdenes mentales. Además las emociones se hacen conscientes sólo cuando han tomado forma mediante algún recurso de autoexpresión, la música trae a la conciencia emociones profundamente asentadas, y proporciona la vía de descarga necesaria, función que la música ha cumplido desde tiempo inmemorial.

El grupo. Si la música tiene el poder de afectar el estado de ánimo y las emociones del individuo, ejerce también una singular influencia en el grupo. Esta característica es especialmente importante e interesante ante los métodos modernos empleados en la terapia de grupo. La música es la más social de todas las artes, lo cual ha sido experiencia común en todos los tiempos. Como parte de una función social ha afectado al hombre comprometido con ella, ya como partícipe, ya como espectador. Es en sí misma una poderosa influencia integradora hacia cualquier función a la cual se suma o aporta un sentimiento de orden, de tiempo o de continuidad. Además, los sonidos que penetran dentro del grupo pueden ser percibidos por todos, aunque nada sea visto. El resultado es que la música afecta a cada uno del grupo que se encuentra a su alcance del sonido. La música permite una libertad de expresión individual dentro del grupo, y podemos sacar en conclusión que tal grupo es un medio ideal para la psicoterapia (Alvin, 1967)

[1] Esteba lerardo, (2002), www.temakel.com

[2] Pucheti Néstor (2002), www.temakel.com

[3] Alvin, (1967)

[4] Alvin, (1967)

1.5. Sobre la música

La música es una experiencia total, no totalizadora sino integradora, es plenitud y escape dentro de uno mismo

Una teoría es la manera más simple de explicar el mayor número de realidades
Un paradigma es la manera mas simple de unir el mayor número de teorías

Rubén Feldman

Percibir es simplemente más importante que recordar y planear. Aprender a cada instante en la propia vida es mas importante que repetir lo que otros han dicho, no importa lo sabio que aquello sea

Rubén Feldman

CAPITULO 2 MUSICOTERAPIA

En los capítulos anteriores hemos revisado lo suficiente para poder bosquejar qué es exactamente esta actividad llamada musicoterapia, ya hemos revisado qué es la música, cuáles son sus componentes, cómo nació, cuáles han sido sus funciones en la biología y el psiquismo del ser humano así como sus funciones sociales rituales y de esparcimiento.

2.1. ¿Qué es la Musicoterapia?

Durante miles de años, la gente de todo el mundo ha honrado y reconocido el papel curador, ceremonial y elevador de la música. Desde esta perspectiva, la música del nuevo tiempo constituye realmente un retorno a las raíces, a una creencia en el poder primordial del sonido. Como lo dijo Lee Underwood: "La música proporciona alimento emocional, alegría, felicidad, y la oportunidad de descubrir en nuestro interior, la naturaleza más elevada". La auténtica música del nuevo tiempo se basa en la armonía y evita la disonancia. Lo disonante, que suscita tensión en vez de elevar, es excluido conscientemente por los autores de la música del nuevo tiempo. La mayor parte de ellos coincide en afirmar que: "la música armoniosa configura un lenguaje de emociones que gratifican nuestro ser interior y lo perfeccionan, posibilitando el descanso y la creatividad" (revista Utopía, Año I - Nº1 2002, www.mantra.com.ar,)

López (1996), define a la musicoterapia como "la relación sonido-estímulo musical que afecta al ser humano en su cuerpo, su mente y sus emociones", y menciona tres principios en la aplicación de la musicoterapia, a saber:

1. el establecimiento o restablecimiento de las relaciones interpersonales: socialización.
2. el logro de la autoestima mediante la autorrealización
3. el empleo del sonido-ritmo para dotar de energía y organizar; así como desencadenar en el individuo la necesidad de expresarlo con movimientos corporales

Desde la antigüedad, la música ha sido parte de los rituales de sanación, pero su uso científico comenzó a desarrollarse en la década de los 50 en Europa y Estados Unidos. Ahora, se puede hablar de la musicoterapia como una disciplina

científico-artística que usa la música y los sonidos con objetivos terapéuticos. Contribuye a la prevención, mantenimiento, mejoramiento y/o restauración de la salud mental y física. Pero, ¿por qué la música? Simple: sirve para desarrollar todas las inteligencias y potencialidades en forma lúdica y creativa, porque abarca las dimensiones cognitiva, afectiva y psicomotriz. (Mayer Schmitt Pamela, 2002 www.musicoterapiaonline.cl)

..."la Musicoterapia es una disciplina científica que utiliza la música como herramienta y las múltiples posibilidades que esta ofrece. Los musicoterapeutas trabajamos por la salud, por el bienestar de quienes se acercan a nosotros; los alentamos con un trabajo expresivo, utilizando la voz, el canto, el cuerpo, la palabra, el gesto y los instrumentos musicales..." (Pellizari Patricia, 1999, Revista ICMUS, www.musicauruguay.com)

Desde el punto de vista científico la musicoterapia es una especialización científica que se ocupa del estudio e investigación del complejo sonido-ser humano. Este complejo está formado por:

- a) los elementos capaces de producir los estímulos sonoros, como serían la naturaleza, el cuerpo humano, los instrumentos musicales, los aparatos electrónicos, etc.
- b) Estímulos como serían el silencio, sonidos percibidos internamente como el latido cardiaco, ruidos articulares e intestinales, etc., los sonidos musicales – rítmicos, melódicos y armónicos -, las palabras, ruidos, ultrasonidos, infrasonidos, movimientos, etc.
- c) El recorrido de las vibraciones con sus leyes físicas
- d) Los órganos receptores de esos estímulos como serían el sistema auditivo, el sistema de percepción interna, el sistema táctil y el sistema visual

- e) La impresión y percepción en el sistema nervioso y su interrelación con el sistema endocrino y parasimpático
- f) La repercusión psicobiológica y la elaboración de la respuesta
- g) La respuesta que puede ser motora, sensitiva, orgánica, de comunicación a través del grito, del llanto, del canto de la voz, de la danza y de la música.

Además del complejo sonido-ser humano la musicoterapia estudia el sonido, sea musical o no, y es tendente a buscar los elementos diagnósticos y los métodos terapéuticos del mismo.

Desde el punto de vista terapéutico la musicoterapia es una disciplina paramédica que utiliza el sonido, la música y el movimiento para producir efectos regresivos (cuando se habla de los sonidos regresivos del sonido y de la música se habla de la explicación del tipo psicoanalítico) y abrir canales de comunicación, con el objetivo de emprender a través de ellos el proceso de entrenamiento y recuperación del paciente para la sociedad.

La musicoterapia es una especialización científica, por que debemos establecer un límite entre los aspectos históricos en donde están incluidas las leyendas y las claras investigaciones sobre el efecto de la música y el sonido en el ser humano, en los animales y en las plantas (Benenzon, 1985 [4]).

El mismo Benenzon (1998) ha modificado su propia definición de musicoterapia para quedar como sigue: “La musicoterapia es una psicoterapia que utiliza el sonido, la música, el movimiento y los instrumentos cóporo-sonoro-musicales, para desarrollar, elaborar y reflexionar un vínculo o una relación entre musicoterapeuta y paciente o grupo de pacientes, con el objetivo de mejorar la calidad de vida del paciente y rehabilitarlo y recuperarlo para la sociedad”.

Además hemos de tener en cuenta que la musicoterapia es un cuerpo de conocimientos interdisciplinario, disciplinas que van desde la psicología de la música, acústica, composición y actuación musical hasta psicología, psiquiatría, psicoterapia, educación, etc. Como fusión de música y terapia, la musicoterapia es a la vez un arte (con lo que tiene de subjetividad, de individualidad, creatividad y de belleza) una ciencia (con componentes de objetividad, colectividad y replicabilidad y verificación) y un proceso interpersonal (con los componentes de empatía, intimidad, comunicación, influencia recíproca y relaciones de roles. De alguna manera la musicoterapia se tiene que concebir de forma que abrace esta multiplicidad y sin embargo preserve su integridad. (www.agruparte.com, 2002)

Todas las definiciones revisadas hacen referencia común a que esta disciplina es una "psicoterapia", y toda psicoterapia tiene como fundamento la instauración de una relación entre terapeuta y paciente o pacientes como, en el caso de la musicoterapia dicha relación se produce en el contexto no-verbal por medio de los instrumentos, la música y el movimiento.

EVIDENCIA HISTÓRICA:

El poder de los sonidos sobre el comportamiento de los seres vivos es conocido desde los orígenes de la humanidad. El hombre primitivo, ante las múltiples agresiones de la naturaleza, traducía su angustia por un conjunto de sonidos que constituían lo que llamamos el encantamiento. Esa expresión sonora tenía un carácter mágico, para el hombre prehistórico, la música y la medicina eran las únicas armas terapéuticas. Platón y Aristóteles codificaron las virtudes terapéuticas de la música, que consideraban una higiene mental. Paracelso, el gran médico del Renacimiento, utiliza la música para " actuar sobre el organismo por intermedio del alma". Este es, en cierto modo, el nacimiento de la medicina psicosomática. Los trabajos básicos de la música moderna datan del siglo XIX y tienen por autores Helmholtz (teoría psicofisiológica de los sonidos) y a Stumpf (la psicología del sonido) Ahora, la musicoterapia consiste en un conjunto de

técnicas puestas a punto para permitir la utilización de la música para fines terapéuticos, según indicaciones.

EVIDENCIA EXPERIMENTAL:

Es fácil observar los efectos de las vibraciones sonoras sobre los vegetales, animales y sobre el hombre.

- a) los vegetales: la música actúa sobre el crecimiento y la salud de las células vegetales. Difundiendo la música en los vegetales se obtiene una mejoría en el rendimiento.
- b) los animales: el incremento en el rendimiento por la influencia de la música es un hecho muy conocido, un ambiente musical sirve para calmar a las bestias. Por esta razón la musicoterapia se ha incorporado al arte veterinario.
- c) el ser humano: el feto percibe numerosas vibraciones durante la gestación. Desde el sexto mes de vida embrionaria, el oído funciona y el feto escucha los sonidos, en especial la voz de la madre. El feto memoriza lo que escucha, esta memoria brinda seguridad así como una sensación de ingravidez relajadora. La acción de la música en los adultos es muy numerosa, la música influye sobre la capacidad de trabajo y retarda la aparición de la fatiga. Todo esto ha sido verificado mediante aparatos muy sofisticados. Por medio de determinados sonidos se pueden provocar cambios en el metabolismo y en la biosíntesis de los diversos procesos enzimáticos, incluidos el ADN y el ARN, elementos fundamentales de la vida.

EVIDENCIA PSICOLÓGICA

La música tiene un efecto inductor en el plano emocional y comporta profundas resonancias afectivas. Paul Valery: "La música juega con nosotros, poniéndonos tristes, alegres, locos o pensativos; tornándonos a su voluntad más ardientes, profundos, más tiernos o más fuertes". La música puede tener tonalidades emocionales diferentes, puede también provocar tanto fenómenos de tensión como un estado de relajación. Por ello se puede llegar a afirmar que en nuestra época cada vez más marcada por el estrés, el hombre tiene tanta necesidad de música como de oxígeno, de alimentos o de sol. Es innegable que hay una estrecha relación entre el estado psicopatológico del compositor y su creación musical. No se trata solo de una autobiografía sino de una "autopatografía". Estamos en condiciones de imaginar que existe una comunicación privilegiada entre el músico enfermo y el enfermo tratado con la música. El oyente presenta una determinada tipología, aprecia de una forma particular una música escrita por un compositor de su propio tipo, por que aquella corresponde a sus propios estados de alma. (La música sobre los seres vivos, 2002, diciembre)

FUNCIONES

Desarrollar los aspectos referidos al bienestar emocional, la salud física, el funcionamiento social, las habilidades de comunicación y cognoscitivas a través de las respuestas musicales (www.agruparte.com, 2002). Planificar sesiones musicales para los individuos y grupos teniendo en cuenta las necesidades de los mismos, trabajando con: improvisaciones musicales, audiciones receptivas, análisis y comentarios de canciones, actividades expresivo-creativas (dibujo, danza, modelado, movimiento, expresión corporal, etc.) Planificar el tratamiento, llevar a cabo la evaluación continua y seguimiento del caso clínico o educativo junto con los demás miembros del equipo multiprofesional.

AMBITOS

Para personas con enfermedades psíquicas. A través de la musicoterapia se estimulan experiencias individuales y/o de grupo para la exploración de sus sentimientos y emociones, favoreciendo el conocimiento íntimo y el desarrollo de la autoestima.

Para personas con discapacidades del desarrollo. En las sesiones de musicoterapia se busca desarrollar habilidades motoras, cognitivas y de uso diario a través de la música, proporcionando la oportunidad de vivir el éxito realizando música.

Para personas de edad avanzada -geriatría-. Se trata de favorecer el recuerdo y el mantenimiento de la memoria (por ejemplo seleccionando música de su pasado), al tiempo que se trata de disminuir la agitación e incrementar la orientación en la realidad.

Para personas con adicciones (drogodependencias) Para afrontar las barreras que estas personas mantienen durante el proceso de recuperación, la musicoterapia utiliza técnicas como audiciones, improvisaciones, ejercicios de creatividad musical, realización de canciones, etc. en grupo y/o individualmente.

Personas con deficiencia mental. Con el fin de fomentar la autoestima, la comunicación y la socialización y facilitar el desarrollo cognoscitivo, se organizan grupos de creación-improvisación musical así como otras técnicas musicoterapéuticas.

Para personas con discapacidades físicas. Las técnicas musicoterapéuticas en esta área tratan de incrementar la motivación y el interés por alcanzar metas de rehabilitación y prevenir la frustración.

Para personas con enfermedades crónicas. Se proponen programas de audiciones musicales y sesiones de vibro-acústica con el fin de disminuir tensiones, espasmos musculares y/o dolores a los pacientes y facilitar la relajación necesaria.

POSIBILIDADES

Mediante la aplicación de la musicoterapia se ha podido constatar que muchas personas han mejorado considerablemente su deficiencia. Es obvio que ésta será en función del grado de deficiencia sufrido y de la cualidad de la misma, ya que no podemos perseguir los mismos objetivos ni los mismos resultados en un tipo de incapacidad que con otro. En términos generales podríamos decir:

- ♪ La música como medio de expresión y de comunicación favorece el desarrollo emocional, mejora de un modo considerable las percepciones, la motricidad y la afectividad de la persona.
- ♪ La musicoterapia favorece la manifestación de tensiones, problemas, inquietudes, miedos, bloqueos, etc. actuando como alivio y disminuyendo la ansiedad.
- ♪ La música suscita a la actividad, moviendo a la acción aceptada, que conlleva goce y satisfacción tanto individual como grupal.
- ♪ Estimula nuestros receptores sensoriales propioceptivos, táctiles y auditivos.
- ♪ Se consigue mayor equilibrio psicofísico y emocional. Consigue que se establezca una comunicación a través del arte y ésta es más inmediata y profunda que la palabra.

- ♪ Modifica algunas respuestas psicofisiológicas que se registran en diferentes parámetros: ritmo cardíaco, amplitud respiratoria, reflejo psicogalvánico, etc

- ♪ Fomenta la relación y socialización a través de la experimentación y ejecución conjunta.

[1] www.mantra.com.ar, 2002

[2] Mayer Schmitt Pamela, 2002 www.musicoterapiaonline.cl

[3] Pellizari Patricia, 1999, Revista ICMUS, www.musicauruguay.com

[4] Benenzon, 1985

[5] Benenzon, 1998

[6] www.agruparte.com, 2002

2.2. Aspectos Metodológicos

Esta parte es importante ya que se aborda las cuestiones que le dan forma concreta a la aplicación de la música en el ser humano. Además es importante como punto de referencia cuando se aborde el mismo tópico en la revisión de Fregtman

La musicoterapia se halla estrechamente vinculada a las ciencias de la conducta, puesto que a menudo se ocupa de la conducta provocada por medio de la música en las situaciones terapéuticas. Como es una disciplina muy joven, muchos de sus datos y conocimientos se han obtenido mediante la observación empírica, y a veces los datos no son tan reales ni se hallan tan organizados como deberían. No obstante ello, la moderna musicoterapia busca establecerse sobre observaciones científicas aceptables. El análisis de los procedimientos en musicoterapia no intenta decirle al musicoterapeuta lo que debe hacer; esto se deja a su arbitrio y debe basarse en la comprensión que logre de la teoría y la práctica necesarias para alcanzar las metas del tratamiento.

Lo que más importa en cualquier situación terapéutica es la persona que recibe la terapia, pues solo a través de la conducta que manifieste y de los cambios que se operan en ella puede verse el éxito de los esfuerzos terapéuticos. Gastón (1985) nos ofrece una clasificación de lo que ofrece la musicoterapia al individuo.

Sobra decir que los objetivos y métodos de tratamiento varían de un cuadro a otro, de un tipo de población a otra y de un musicoterapeuta a otro. Los objetivos pueden ser educacionales, recreativos, de rehabilitación, preventivos o psicoterapéuticos y pueden ser programados hacia las necesidades físicas, emocionales, intelectuales o espirituales del cliente. Los métodos de tratamiento puede que hagan resaltar la escucha, la improvisación, la actuación la composición, el movimiento, o hablando, y puede incluir experiencias adicionales en el arte, la danza, el teatro y la poesía. La musicoterapia se puede también

practicar dentro de una variedad de orientaciones filosóficas de acuerdo a las teorías conductistas, psicoanalíticas, humanistas, gestalt, cognitiva, del aprendizaje, etc. Las implicaciones de tal diversidad son enormes. (www.agruparte.com, 2002)

El contexto no verbal es la interacción dinámica de infinitos elementos que configuran códigos, lenguajes, mensajes, que impactan y estimulan el sistema perceptivo global del ser humano, y permiten que éste reconozca el mundo que lo rodea, su entorno, su ambiente y al otro ser humano con el cual tiende a comunicarse. (Benenzon, 1998)

También en este primer momento es importante la intervención psicológica, ya que las emociones frente a la inminente pérdida física, devienen casi siempre en angustia y depresiones fuertes. Sobre todo brindarle al paciente un espacio para desplegar las fantasías de lo que será su vida a partir de este momento y sobre todo para sobrellevar su tratamiento de rehabilitación motriz que lo ayudara entre otras, a devolverlo junto a su voluntad a su rol social, adaptarse a uno nuevo (Di Prinzi, C. 2002 Discapacidad motriz en adultos, www.musicoterapianorte.com,)

Grupo Operativo Instrumental (Benenzon, 1998)

Repasando la sesión de musicoterapia, podemos deducir algunos conceptos.

- a) Los instrumentos han sido colocados en el centro de la sala. Esto significa que ocupan el lugar más importante del espacio de la sesión. Ellos van a determinar y caracterizar la sesión de musicoterapia.
- b) La mayoría están contruidos con materiales preferentemente naturales, como cuero, piel, madera.
- c) Todos ellos son de fácil manipulación, no es necesario tener

conocimientos musicales para poder ejecutar o producir alguna sonoridad.

d) Sus formas y tamaños son diversos, por lo cual los pacientes pueden proyectar sobre ellos cualquier fantasía personal.

e) El número es mayor de veintiuno, de manera que hay posibilidades de elección para todos los pacientes y la pareja terapéutica.

f) Los instrumentos forman parte del setting de musicoterapia y de la consigna del musicoterapeuta.

Características del Grupo Operativo Instrumental.

Todo elemento capaz de producir un sonido audible o de producir un movimiento (vibración) que pueda ser captado como mensaje o como medio de comunicación, será parte integrante del GOI. Los instrumentos córpore-sonoro-musicales que sean utilizados en musicoterapia deben reunir las siguientes características:

1) Construidos con materiales naturales: cuero, piel, madera, frutos varios, como coco, calabaza, ramas, agua, semillas, piedras, huesos.

2) De fácil manipulación, es decir, que no se necesiten habilidades motoras o sensoriales o psíquicas para producir sonoridades.

3) Emisión de sonoridades diversas. Que evoquen a las de los animales o seres humanos.

4) Desplazamiento libre con accionar cualquier parte del cuerpo; Posibilidad de correr, caminar, saltar, bailar, con el instrumento.

5) Que favorezca la tendencia de establecer relaciones con otros instrumentos.

6) Que su uso estimule la comunicación

Instrumentos que reúnen todas las características antedichas: tamburo, pandera, pandereta, bombo (Argentina), atabaque, reco-reco-ago-go-palo de lluvia (Brasil), ocean drum, bufallo (E. U.), congas, bongóes (Africa), placas, instrumental Orff (Alemania).

Instrumentos que sólo reúnen algunas características: piano, órgano.

El instrumento en musicoterapia constituye un todo. Cada una de sus partes tendrá importancia para la comunicación. Su textura, su temperatura, su forma, su color, su sonoridad, la calidad de los elementos y materiales que lo conforman. (Benenzon, 1998)

Terapia de Música involucra el uso de música predominantemente improvisada en una estructurada o no estructurada manera, según las necesidades del cliente.

El cliente se introduce gradualmente a una gran gama de percusión y posteriormente se van implementando el resto de los instrumentos. Se fomenta a usar los sonidos diferentes como una manera de expresarse a sí mismos. El terapeuta comúnmente improvisa con el cliente, proveyendo un continuo para la expresión propia de cliente.

Las jornadas pueden ser mayormente no - verbal, donde el cliente se encuentra hablando difícilmente, o ellos pueden ser una mezcla de desahogo y la música improvisada al mismo tiempo, por ejemplo, el cliente es capaz de hablar de problemas muy bien, pero consigue un autorreconocimiento cuando habla de él, o tratando de ponerlo en contacto con sus sentimientos

Las jornadas de terapia de música incluyen una variedad de actividades musicales planificadas incluyendo cantar, jugar con instrumentos, movimiento rítmico improvisando, componiendo, y escuchando a la música. Las técnicas utilizadas dentro de las jornadas son creativo - expresivo, educativas, fisiológico, o de naturaleza conductual. A veces se relacionan métodos y actividades terapéuticas desde las disciplinas de arte, baile, el drama, poesía. Todas las actividades se adaptan a capacidades del individuo, y las preferencias y son diseñadas para utilizar tendencias musicales innatas que fortalecen a las personales.

Durante las jornadas iniciales una se lleva a cabo una evaluación que se complementa con las metas terapéuticas específicas que se establecen desde un inicio. El terapeuta entonces desarrolla un tratamiento planificador con bases en objetivos a corto plazos para lograr las metas a largo plazo. La evaluación de la eficacia de tratamiento es una parte en proceso del plano de tratamiento (Aguilar Méndez Arnulfo, 2002, en www.tlali.iztacala.unam.mx.)

En la mayoría de los casos, se ha utilizado solo la palabra música para aludir a las situaciones musicales, aunque puede tener cualquiera de las cuatro designaciones:

1. La música misma.
2. Escuchar música.
3. Estar en ambiente con música.
4. Hacer la música.

Las tres clasificaciones que fundamentan las teorías y técnicas de la musicoterapia son:

A. Experiencia estructurada

1. La música requiere una conducta cronológica

- Requiere una conducta adaptada a la realidad
- Requiere que la conducta se haga objetiva de modo inmediato y continuo

2. La música permite una conducta adaptada a la capacidad

- Permite adaptar la conducta a las pautas de respuesta físicas
- Permite adecuar la conducta a las pautas de respuesta psicológicas

3. La música provoca una conducta orientada por lo afectivo

4. La música provoca una conducta elaborada de acuerdo con los sentidos

- Requiere que se aumente el empleo y la discriminación de los sentidos
- Puede suscitar ideas y asociaciones extramusicales

B. Experiencia en la autoorganización

1. La música posibilita la autoexpresión

2. La música hace que los deficientes desarrollen conductas compensatorias

3. La música ofrece posibilidades de recibir recompensas y castigos

socialmente aceptados

4. La música hace posible aumentar la autoestima

C. Experiencia en relación con los demás

1. La música ofrece los medios para expresarse de modo socialmente aceptable

2. Brinda al individuo la capacidad de elegir su respuesta en los grupos

3. Proporciona oportunidades de asumir responsabilidades para con uno y con los demás

4. Aumenta la interacción social y la comunicación

5. Permite la cooperación y la competencia en formas socialmente aceptadas

6. Proporciona el entretenimiento y la recreación que requiere el ambiente terapéutico

7. Hace posible el aprendizaje de habilidades sociales y pautas de conducta realistas y aceptables en los grupos de pares de hospital y de comunidad.

El musicoterapeuta se irá formando a lo largo de los años y serán su propia experiencia y capacidad las que harán a un profesional con éxito terapéutico. Benenzon (1985) ofrece ciertos aspectos técnicos a tomar en cuenta para mejorar o prevenir situaciones negativas. Se entiende que todas estas técnicas estarán sujetas a la adaptación según el caso y la dinámica del mismo. Muchos de estos aspectos técnicos son también recomendables para otras especialidades, en

donde el movimiento y la comunicación no verbal son inherentes a la específica actividad terapéutica. Por ejemplo, la vestimenta a utilizar debe ser cómoda, el calzado debe permitir el fácil descalzado. Hay momentos muy sensibles de las sesiones de musicoterapia, ya sean grupales o individuales en que se necesita probar distintas técnicas para encontrar la adecuada al momento del proceso no verbal que se está viviendo.

Es dable observar que la utilización de un solo instrumento de gran tamaño como los de percusión facilita la integración si se consigue que sea percutido al mismo tiempo por musicoterapeuta y paciente o pacientes. O sea que un solo instrumento sea intermediario entre ambos, incluso entre varios y que por lo tanto se convierta en un instrumento integrador. A algunos terapeutas les cuesta trabajo aceptar en ocasiones trabajar con un solo instrumento, que irremediamente llevará al trabajo compartido y además, tiene otra ventaja, y es evitar la agresión desmedida entre musicoterapeuta y paciente.

El trabajar sin instrumentos puede producir al principio cierto grado de ansiedad, sobre todo por no tener un objeto intermediario disponible para la descarga inmediata. Pero no olvidemos que todo nuestro cuerpo es un múltiple instrumento sonoro capaz de convertirse en un membranófono o en un aerófono o en un idiófono con total facilidad. Por ejemplo, no hay duda de que el palmeado realizado con las dos manos es un instrumento magnífico idiófono, quizá el más primitivo de todos, que es utilizado claramente aún por los monos como expresión de afectividad.

Cuando se trabaja en grupo es importante la elección de instrumentos en las primeras sesiones. Es aconsejable no colocar un número mayor de instrumentos que de personas integrantes. Muchos instrumentos, o por lo menos en mayor número que personas, dificulta la integración y obliga a una situación competitiva inmediata, además de la dispersión que provoca la estimulación de variados instrumentos.

- [1] Gastón (1985)
- [2] www.agruparte.com (2002)
- [3] Benenzon (1998)
- [4] Benenzon, (1998)
- [5] Benenzon, (1998)
- [6] Benenzon, (1985)

2.3. Características del terapeuta

Los musicoterapeutas pueden desempeñar esta profesión en una variedad de campos: salud mental, educación, geriatría, centros de educación especial, prisiones, rehabilitación, unidades de día, despachos particulares y práctica privada. Puede realizarse individualmente o con un equipo multiprofesional: psiquiatras, médicos, psicólogos, logopedas, fisioterapeutas, profesores, trabajadores sociales, etc. (www.agruparte.com, 2002)

Si el terapeuta no utiliza adecuadamente este valioso recurso que es la musicoterapia se puede causar un daño al paciente que va desde lo más leve hasta lo irreversible. (Sabás Sánchez, Leticia, 2002, www.tlali.iztacala.unam.mx)

Las terapeutas de música trabajan con individuos y grupos en la práctica institucional, comunitaria, y particulares, es decir en cualquier otra persona que solicite el servicio. Incluso se ha llevado a cabo en escuelas a manera de talleres. (Aguilar Méndez, Arnulfo 2002, www.tlali.iztacala.unam.mx)

El trabajo clínico involucra preparar, implementar, y programar la terapia para una evaluación a nivel individual y grupos. Además debe comenzar el proceso clínico por un estudio de registros médicos y, cuando posibles, por entrevistas. Después de que la historia es obtenida se realiza una evaluación y se analiza sobre como la persona hace y responde a la música. El terapeuta puede observar también interacciones de la persona con otros y con el ambiente

Con base en esta información así como también del aporte del cliente, miembros de familia y otros profesionales de salud pública, se formulan metas. Estos son generalmente a largo plazo y se logran en el tiempo planeado. Es estas metas y objetivos, conjuntamente con materiales y procedimientos específicos para el uso con un individuo o el grupo que constituye el tratamiento y la planeación.

Después de implementar el tratamiento para un período razonable de tiempo el terapeuta evalúa el plano para determinar si los métodos de tratamiento, es decir, si son efectivos y si la persona muestra un progreso en alcanzar los objetivos y metas prescritas.

El plano de tratamiento se modifica constantemente. El cambio en programa de terapia puede ocurrir cuando las metas han sido logradas. A lo largo del tratamiento el terapeuta de música documenta evaluaciones, progreso, observaciones, y realiza recomendaciones en el mapa de la persona (archivo).

Hay comunicación también en proceso entre la terapeuta de música y la persona quien es el receptor del servicio así como también con otros miembros del equipo interdisciplinario. En el hospital la rehabilitación que coloca la terapeuta de música trabaja con la gente quien tiene un amplio conocimiento en el área física, problemas psicológicos, neurológicos, y emocionales. En este ambiente la terapeuta usa muchos procedimientos incluyendo imágenes, orientando y música, estando activo, oyente, cantando, y en movimiento, bailando en silla de ruedas, arte visual, haciendo drama, poesía, jugando con algún instrumento, y utilizando la música para relajarse. En la gente asistente con problemas de una naturaleza psicológica o emocional la terapeuta puede combinar las técnicas por los consejos en psicoterapia. En el grupo de trabajo, la terapeuta de música puede también co-facilitar el proceso terapéutico con otro profesional de salud pública. El terapeuta puede coordinar la presentación de un musical en el hospital que involucra individuos recibieron terapia servicios o músicos desde afuera el hospital. (Aguilar Méndez, Arnulfo, 2002, www.tlali.iztacala.unam.mx)

¿Cómo debe ser la formación de un profesional que debe tener conocimientos médicos, psicológicos, pedagógicos y musicales, sin llegar a ser ni médico, ni psicólogo, ni músico? Considero que el musicoterapeuta debe ser exclusivamente eso, musicoterapeuta, y por lo tanto tener una formación específica. Cuando se

propone que el musicoterapeuta no debe ser un músico (Benenzon, 1985) se refiere al músico erudito que nació con la vocación de ser interprete o compositor, es decir, nació para ser músico y no terapeuta.

Un músico formado como tal tiene el prejuicio musical estético de su evolución y desarrollo cultural. Este prejuicio cultural es el que impedirá aceptar con entera libertad los ritmos “no estéticos” de un determinado paciente o lo “desafinado” de otro. Por lo tanto no podrá adoptar ni absorber la expresión no-verbal del paciente, o por lo menos, le será sumamente complicado.

El musicoterapeuta debe ser ante todo terapeuta, con gran conocimiento teórico y práctico de la utilización del complejo mundo sonoro, musical y del movimiento. Cuando Benenzon (1985) se refiere a que no debe ser psicólogo, se refiere al psicólogo que se ha formado en una concepción de verbalización de los fenómenos inconscientes, con una superintelectualización de los fenómenos psíquicos y una tendencia a la interpretación verbal de lo latente. Al profesional antedicho le será muy difícil desprenderse del juicio interpretativo y manejarse en una concepción del pensamiento no verbal. En musicoterapia la expresión, percepción y comprensión de todos los fenómenos dinámicos psíquicos, se realiza en un contexto no verbal.

Cuando Benenzon (1985) propone que no debe ser médico, es por que considera que el médico tiene que indicar la aplicación de este auxiliar de la medicina y evaluar sus resultados en el contexto general del proceso recuperatorio del paciente. Uno de los problemas estratégico-terapéuticos a los que se enfrentará el musicoterapeuta, son los núcleos regresivos inconscientes de los pacientes, que se expresan con mucha libertad en un contexto no verbal. Para estar en condiciones de trabajar en musicoterapia es necesario, después de o durante su formación curricular, someterse por un lado a un tratamiento psicoterapéutico enfocado al conocimiento y concientización de los aspectos inconscientes profundos y, por otro, a un tratamiento musicoterapéutico didáctico.

Considero que el trabajo de un musicoterapeuta solo se puede entender como integrante de un equipo médico, como es el de todo auxiliar de la medicina. El musicoterapeuta no realiza la terapia del paciente, pero ayuda a profundizar muchos de los núcleos inconscientes y moviliza ansiedades rígidas. Por eso, la labor del musicoterapeuta está íntimamente relacionada con la del psiquiatra y del psicólogo (Benenzon, 1985)

[1] Sabás Sánchez, Leticia Araceli, (2002), www.tlali.iztacala.unam.mx

[2] Aguilar Méndez, Arnulfo 2002 www.tlali.iztacala.unam.mx

[3] Aguilar Méndez, Arnulfo, (2002), www.tlali.iztacala.unam.mx

[4] Benenzon, (1985)

[5] Benenzon, (1985)

[6] Benenzon, (1985)

[7] Benenzon, (1985)

2.4. Características del Paciente

Hay ciertas características del paciente que facilitan la aplicación de la musicoterapia. En primer lugar es conveniente que el paciente sea virgen de conocimientos musicales, con lo cual se halla en mejores condiciones de internarse en el contexto no verbal. En cambio el paciente con conocimientos musicales, y sobre todo si éstos son de nivel, entrará en competencia con el musicoterapeuta, o será difícil de romper las defensas musicales que antepondrá al pretender trabajar con sus aspectos más regresivos. De cualquier manera todo paciente es susceptible de ser tratado con musicoterapia (Benenzon, 1985)

Gastón (1988) propone una serie de padecimientos en donde la musicoterapia es muy socorrida:

- ♪ Musicoterapia para niños y adultos débiles mentales
- ♪ Musicoterapia para niños y adultos con impedimentos físicos
- ♪ Musicoterapia para niños y adolescentes con problemas de conducta
- ♪ Problemas de conducta en adultos
- ♪ Pacientes geriátricos.

El paciente en este nuevo cuadro de situación, necesitara mucha contención y comprensión familiar, social y terapéutica. Un paciente llega a la consulta y posterior tratamiento musicoterapeutico , a través de la institución donde se esta rehabilitando como un servicio interdisciplinario, o en forma particular, llega habiendo pasado ya por varias profesionales sobre todo con un cuerpo muy "tocado", y con sus emociones cerradas, con miedo y muchas veces desesperanzado. Es una persona que necesita reencontrarse con ella misma,

para tomar fuerzas y seguir. (Di Prinzio, Cecilia, 2002, Discapacidad motriz en adultos, www.musicoterapianorte.com.ar)

El conocimiento expandido logrado mediante Más allá de la Psicoterapia es no solamente efectivo con muchos diagnósticos clínicos. El enfoque se ha usado efectivamente con tales necesidades como:

- ♪ Sanando de traumas.
- ♪ Enfermedades Crónicas.
- ♪ Pacientes terminales.
- ♪ Infertilidad.
- ♪ Alivio de dolor físico.
- ♪ Relaciones de parejas.
- ♪ Necesidades espirituales y existenciales.

Es una técnica terapéutica que se aplica en las alteraciones de comunicación. Sus áreas de aplicación comprenden el campo médico, psicológico y educativo. Actualmente la musicoterapia es utilizada en la mayoría de los países (EE.UU., Argentina, Francia, Italia, Suiza, Brasil, Inglaterra, etc.) como tratamiento complementario especializado en los trastornos tales como: Autismo, Psicosis, Tartamudez, Trastornos del lenguaje y del aprendizaje, Alteraciones psicomotoras y sensoriales y toda aquella patología relacionada con la comunicación.

La terapia de música se usa con una variedad amplia de individuos sin considerar edad, incapacidad, o antecedentes musicales. Los niños obtienen

beneficio de la terapia de música ya que incluye niños con retraso mental y/o desventajas físicas, aprendiendo a superar sus incapacidades, deterioros sensitivos, problemas de conducta y perturbaciones emocionales. Los adultos quienes se benefician de esta terapia incluye a individuos con enfermedades mentales, y/o desventajas físicas, desordenes neurológicos, problemas de abuso de sustancia (drogadicción). Los terapeutas de música también trabajan con ancianas, adultos en asilos, unidades de geriátrico y hospitales de veteranos.

La terapia de música tiene aplicaciones positivas en los bebés, por ejemplo en lo que es el dolor de gestión y reducción de tensión para ellos y las madres. Su eficacia ha sido demostrada con niños y los adultos quien son las víctimas de físicas, sexuales y/o abuso emocional. (Aguilar Méndez, Arnulfo, 2002, www.tlali.izacala.unam.mx)

[1] Benenzon, (1985)

[2] Gastón, (1988)

[3] Di Prinzio, Cecilia, 2002, "discapacidad motriz en adultos", www.musicoterapianorte.com.ar

[4] Aguilar Méndez, Arnulfo, (2002), www.tlali.iztacala.unam.mx

CAPITULO 3 LA MUSICA SEGÚN FREGTMAN

3.1. ¿Por que visión o paradigma?

Ya que hemos revisado la musicoterapia desde una perspectiva más general, me avocaré a explicar por qué usar el concepto de paradigma en este trabajo. Es un hecho conocido que la historia de la ciencia ha estado llena de mitos, historias románticas, errores que han devenido en descubrimientos valiosos, nombres de célebres científicos, científicos que han llegado a ser célebres por sus aportaciones a las teorías y científicos que han llegado a ser célebres por sus rupturas con las teorías, etc.

Me permitiré describir de manera somera la relación existente entre la filosofía, la ciencia y la tecnología para comenzar a comprender la idea de paradigma.

La filosofía según el diccionario de la Real Academia Española es "Conjunto de saberes que busca establecer, de manera racional, los principios más generales que organizan y orientan el conocimiento de la realidad, así como el sentido del obrar humano." (Encarta 2004). Comte (1842, curso de filosofía positiva) cita a Aristóteles: filosofía es el sistema general de las concepciones humanas. Comte (ídem) a su vez añade el adjetivo de POSITIVA para establecer una característica básica de la filosofía que es ver a las teorías como dirigidas a la coordinación de los hechos observados. Howard Selsam (1968), menciona la dificultad de definir la filosofía aunque hace su aportación como sigue: "la filosofía parece haber sido simplemente una larga serie de conjeturas individualmente formuladas por los hombres acerca de lo que es el mundo, de cómo son y para que existen los hombres y de qué es lo que constituye una vida digna". Georges Politzer (1984), expone su definición de filosofía: "quiere explicar el universo, la naturaleza, que significa el estudio de los problemas mas generales"

Si ponemos atención, la mayoría de las definiciones sobre lo que es la filosofía

convergen en un aspecto y este es el hecho de que la filosofía trata de entender y explicar qué es, cómo está conformado y cómo está estructurado ese mundo (entiéndase realidad) que crea, habita y destruye el hombre. Hecho por demás problemático ya que a lo largo de la historia del hombre se ha explicado la realidad de muy distintas maneras (tristemente encontramos que algunas de estas explicaciones solo sirvieron para validar un orden social de intereses creados). La metafísica así, se postula como esa "rama de la filosofía que trata del ser en cuanto tal, y de sus propiedades, principios y causas primeras" (Encarta, 2004) ; o sea la explicación de qué es y cómo se estructura la realidad. Un primer ejemplo de esto lo hallamos en los antiguos griegos, Tales de Mileto (citado en Vidal, 2001) explicó que todo estaba compuesto por agua; Demócrito (Ídem) estableció que el universo está compuesto de átomos; Heráclito (ídem) estableció que el fuego era el último elemento de la naturaleza. René Descartes (1641-42) en sus Meditaciones metafísicas, expuso la existencia de Dios y a partir de este mismo explicó la naturaleza de la realidad

Otro ejemplo mas cercano de explicación de la realidad lo aporta Newton y su ley de la gravitación, " a toda acción hay una reacción", esto aplicable a todos los fenómenos de la naturaleza; Hegel y Marx explican la realidad a partir de su concepción dialéctica, y esto igualmente es aplicable a todos los fenómenos de la naturaleza.

Retomando lo anterior habremos de entender la filosofía como una forma general de ver y explicar la realidad y todo lo que hay en ella, incluyendo al hombre.

Ahora bien, ya que la filosofía (o filosofías) ha propuesto una visión del mundo, ahora toca el turno de la ciencia, la cual entenderemos básicamente como lo describe Mario Bunge (2000) "...ese creciente cuerpo de ideas llamado ciencia, que puede caracterizarse como conocimiento racional, sistemático, exacto, verificable y por consiguiente falible. Por medio de la investigación científica, el

hombre ha alcanzado una reconstrucción conceptual del mundo que es cada vez más amplia, profunda y exacta". De esto entendemos que la ciencia tiene dos vertientes, por un lado es un cuerpo sistematizado de conocimiento y de ideas establecidas provisionalmente, y por otro lado, es una actividad dirigida a obtener nuevos conocimientos y a generar nuevas ideas.

Finalmente, la tecnología es entendida como la aplicación práctica de un conocimiento científico, para entenderlo más concretamente utilicemos un ejemplo. En la antigüedad el ser humano comía los alimentos tal y como los encontraba en la naturaleza, y aunque siempre ha tenido contacto con el fuego, no había llegado al punto de poder controlarlo. En algún punto de la historia el ser humano tomó una brasa ardiente producto de la acción de un rayo y procuró mantenerlo encendido el mayor tiempo posible para utilizarlo, y comenzó a cocinar sus alimentos. Sin embargo el punto decisivo no era controlar el fuego sino producirlo, y en otro punto de la historia el ser humano descubrió que el frotar de dos cuerpos producía calor, en el caso de dos piedras producía incluso chispas que son el inicio del fuego. Se obtuvo así un conocimiento acerca del mundo el cual todavía seguimos aplicando a nuestra vida cotidiana, a saber, el encendedor

Como veremos la filosofía, la ciencia y la tecnología son tres formas de conocimiento, una que propone una visión del mundo, otra que corrobora y verifica esa perspectiva y una tercera que aplica los conocimientos en beneficio y perjuicio del ser humano

Pongamos un ejemplo práctico en la psicología en donde una de las corrientes teóricas de más peso dentro de la disciplina es el conductismo. Al respecto González Vera (1991) nos explica "..... el representante principal del positivismo en psicología después de Watson, es Skinner quien en su libro Ciencia y conducta humana, nos expone su forma de concebir la ciencia y la ciencia desde un punto de vista positivista. Para Skinner la ciencia es correctiva y sus métodos deben ser eficientes donde se les pruebe. Así, la conducta humana debe

ser analizada desde un punto de vista objetivo y científico. La aplicación de la ciencia a la conducta humana no es tan simple como parece serlo, dado que se tiene que avocar a la observación y a los hechos. La ciencia es más que la simple descripción de eventos que ocurren; trata de descubrir el orden y las relaciones legales entre los eventos. Además De describir, también predice. Usando los métodos de la ciencia en la conducta humana, debemos asumir que la conducta es legal y determinada. Según Skinner, podemos encontrar que lo que un hombre hace depende de condiciones específicas, y que una vez que estas condiciones han sido descubiertas, podríamos anticipar y de alguna manera determinar sus acciones. Dice que el hombre común es producto de su ambiente, de otros hombres y de su historia personal, por ello, asume un determinismo en la ciencia.....". Con este ejemplo podemos observar cómo el positivismo asume una posición filosófica acerca del mundo que está influida por la física, en especial la física de Newton, quien postuló que el universo se rige conforme a leyes de tipo Si A entonces B ($a \Rightarrow b$), de tal manera los eventos se observan con esta mirada y se encuentran situaciones de: "a toda acción hay una reacción" (nuevamente $a \Rightarrow b$). En una ciencia en busca de reconocimiento científico, Watson, y Skinner posteriormente, adoptan este mismo modelo para entender al hombre y su conducta en el famoso esquema $E \Rightarrow R$ (nuevamente si $a \Rightarrow b$), el cual después de ser comprobado por medio del método científico sirve para explicar, predecir, aplicar (y controlar), la conducta humana. El conductismo entonces es un ejemplo de lo que Kuhn denominó "Paradigma"

Jaramillo (2004) nos explica el concepto de paradigma "En primer lugar, es preciso establecer la diferencia entre ciencia normal y ciencia extraordinaria (¿crisis científica?), la ciencia normal practicada por una comunidad científica madura, puede determinarse, en gran medida y con relativa facilidad a través de la inspección de los paradigmas que la conforman. Pese a las dificultades que el término paradigma encierra, en parte por incluir conceptos aparentemente heterogéneos, puede conservarse la siguiente definición: los paradigmas son realizaciones científicas universalmente reconocidas que, durante mucho tiempo,

proporciona modelos de problemas y soluciones a una comunidad científica; puesto que un paradigma es lo que comparten los miembros de una comunidad científica y, a la inversa, una comunidad científica consiste en un grupo de personas que comparten un paradigma. Los paradigmas atraen durante un buen tiempo a un grupo de científicos y, además, son incompletos, al dejar muchos problemas para ser resueltos por la comunidad científica"

De esta manera entendemos que un paradigma es una estructura que integra una perspectiva del mundo (filosofía), teoría y método (ciencia), así como problemas nuevos a resolver y, todo lo anterior, compartido por una comunidad científica que da seguimiento, validez y perfeccionamiento o refutación al paradigma. Además Kuhn revisa dos fenómenos inherentes al cambio de paradigmas, primero el aspecto psicológico del científico, el cual se encuentra entre dos paradigmas y ante la decisión de uno de ellos al cual creer y dirigir sus investigaciones y, segundo, al aspecto sociológico del paradigma que de otra manera no podría ser validado, es decir, el paradigma es tal en tanto es adoptado por un grupo de personas a saber, la comunidad científica.

3.2. El paradigma holístico

Están los hombres y también está la música. El ser humano es un cantante nato, hacemos música por que somos humanos, es inconcebible una humanidad sin música, pues ésta es la representación energética de la conciencia del hombre. El sentido del hombre músico es revelar a través de su diferenciada percepción, las armonías y resonancias del cosmos, en un lenguaje accesible a nuestros órganos sensoriales. Toda cultura conlleva una forma determinada de música.

La realidad es una convención validada por un consenso arbitrario, y cualquier estado de percepción diferente genera desconfianza y alarma en nuestro marco de admisión y creencias. Nuestra audición del mundo es reduccionista y atomista. Descomponemos una totalidad en equilibrio dinámico, suponiendo que sus partes pueden existir separadamente. Cada sonido del universo está interrelacionado con los demás, incluso la totalidad del universo se halla contenida en cada una de sus partes. Así, una nota puede revelar los misterios profundos de ese todo vibratorio universal y conducirnos a territorios de conciencia insospechados. El sonido musical es un sendero fecundo hacia el conocimiento –fuente de paz- que nos descubre como verdaderos instrumentos de una resonancia transpersonal que supera los objetivos y limitaciones del ego.

Según Bohm (citado en Fregtman, 1989), el mundo se halla estructurado de acuerdo a principios similares a la holografía: si cualquier parte de un holograma se ilumina, se reconstruye la totalidad de la imagen. Su objetivo es explorar el orden inherente de la telaraña cósmica de relaciones, en un nivel de implicación total. Creando el término holomovimiento, Bohm se refiere a un orden más primario de universo, a un fenómeno diverso del cual fluyen todas las formas del universo material.

Los hologramas son creados por un rayo láser que produce una imagen

transparente, pero que contiene una representación tridimensional. Este método de fotografía creado por Dennis Gabor, se caracteriza por distribuir toda la información de un objeto fotografiado por toda la superficie de la película. Es un sistema de fotografía sin lente, y el campo de onda esparcido por un objeto se registra en la placa en forma de patrones de interferencia, haces o remolinos de acontecimientos. Cuando se coloca un haz de luz láser, se vuelve a instaurar el patrón de onda original, y aparece una imagen tridimensional. Lo más misterioso del holograma es que si lo cortamos por la mitad, obtenemos dos imágenes que contienen cada una de ellas la imagen mayor, y así sucesivamente, pues cada fragmento de la transparencia holográfica contiene la imagen entera completa. De esta forma, un holograma no puede ser partido por la mitad, poseyendo propiedades semejantes a las de un campo.

“... el holograma no es más que una imagen o una imagen fija del estado del campo electromagnético, o como quiera llamarlo en ese espacio donde se pone la fotografía, o la placa fotográfica, y es un estado de movimiento. Yo lo llamo holomovimiento. Éste es un ejemplo. Los rayos de electrones podrían hacer lo mismo, o las ondas sonoras podrían hacer hologramas, cualquier forma de movimiento podría constituir un holograma, movimientos conocidos o desconocidos, y nosotros consideraríamos una totalidad indefinida de movimiento, a la que llamamos holomovimiento, y decimos que: el holomovimiento es la base de lo que es manifiesto.” (Bohm, D, El Paradigma Holográfico, citado en Fregtman, 1988)

..... la placa holográfica almacena o registra órdenes y medidas, mismos que son transportados por el movimiento de la luz coherente o láser. Órdenes y medida también pueden ser transportados por ondas de radio, ondas electromagnéticas, por haces de electrones “y otras incontables formas de movimiento”, por lo que –explica Bohm- “tanto para generalizar este concepto como para poner de relieve la totalidad no dividida, tendremos que decir que lo que <<transporta>> un orden implicado es el holomovimiento, que a su vez es

también una totalidad no fragmentada ni dividida. En algunos casos particulares podremos abstraer aspectos particulares del holomovimiento (por ejemplo, la luz, los electrones, el sonido, etcétera), pero, más generalmente, todas las formas de holomovimiento se entremezclan y son inseparables. Así, en su totalidad, el holomovimiento no se encuentra limitado de ningún modo en absoluto. No es necesario que se conforme a un orden particular, o que esté delimitado por ninguna medida especial. Así, el holomovimiento es indefinible e inmensurable.”

El paradigma holográfico sustentado por Pribram y Bohm (citado en Fregtman, 1988) postula básicamente que nuestro cerebro es una especie de holograma que percibe, interpreta y participa en un universo también holográfico, estando de esta forma cada parte en el todo y el todo en cada una de sus partes. Apropiándonos de las formulaciones de Bohm podríamos inferir que la vida tiene un corazón, una esencia, un holomovimiento, una fuente no manifiesta, un orden plegado, implícito o implicado, desde el cual proviene todo lo que se halla en la superficie de la vida, el orden manifiesto, desplegado, explícito o explicado que parece ser un mundo estable, pero que no está realmente allí. Sonidos y movimientos son vibraciones que se engendran mutuamente y no están separados unos de otros. La música y el movimiento son considerados, tanto por los científicos y físicos de visión sistémica, como por los profetas y poetas de la antigüedad, una manifestación de la energía dinámica universal. Música y movimiento son exactamente como la cresta y el seno de una ola, una única vibración. El sonido es movimiento en forma de energía vibratoria. Así mismo, el movimiento siempre genera un patrón sonoro y viceversa, como realidad fundamental, son interdependientes, indivisibles e inseparables. Por lo tanto hablar de un holomovimiento es también sugerir una holomúsica, de la cual fluirán todos los patrones armónicos del universo material. Lo complementario puede ser un modelo de composición. Implica decir algo que está más acá o más allá de lo que dijo o hizo otro. Contrapunteando con una dirección compartida, a veces con ideas diferentes. Lo distintivo, lo heterodoxo suele ser complementario. Equilibra, cuando el mensaje complementa, también completa –sin suplir- el mensaje del otro. Otorga plenitud, indaga, propone,

dispone, instiga, inquieta, impulsa a la creación.

Solo una mente plena es clara, la verdad habita en las profundidades. Una mente creadora no se compone solo de experiencias profundas o abundantes, sino también de conceptos con los que puede hablar de las mismas. La visión binocular brinda profundidad, descubre resonancias y dimensiones holonómicas. Las resonancias brindan el acceso a una gestalt pluridimensional y totalizante que se contrapone a la visión monocular. La trama argumental se abre en abanico sin intentar analizar, cuestionar, valorizar, diseccionar, explicar, solo contrapuntear, como los músicos.

3.3. Música

La música se interrelaciona con la totalidad que somos, actuando sobre nuestros organismos, nuestra psique y nuestra mente, revelando misterios nunca revelados de nuestra historia y de la estructura cósmica que se entrelaza por medio de patrones de relación armónica e inmutable (Holomúsica). La música es un elemento catalizador de los procesos mentales que activa material inconsciente proveniente de diversos niveles profundos de la personalidad e informaciones holonómicas que trascienden nuestros sistemas lineales de pensamiento (Holomúsica) Cada nota, timbre o melodía representa una expresión vibracional que es en sí misma un tono que contiene un almacenamiento de información completo, participando en un sistema más global siendo no solo parte sino totalidad en relación indivisible con otras expresiones vibracionales: Un sistema holográfico interconectado con otros contextos holográficos.

A partir de observaciones e investigaciones de Stanislav Grof, experiencias transpersonales y procesos de integración holonómica, es posible clasificar primeramente cuatro tipos o niveles de experiencia multidimensionales que se denotan con ciertos estímulos sonoro-musicales

Experiencias musicales estéticas y abstractas. Representan el nivel más superficial de las vivencias y no revelan aún estratos del inconsciente

Experiencias musicales psicodinámicas. Están originadas en el ámbito del inconsciente individual y en aspectos de la personalidad accesibles en un estado de conciencia habitual. Problemas de índole individual, recuerdos, material reprimido de períodos de nuestra vida, conflictos sin resolver aún. La música suele desprender un sistema de experiencia condensada (COEX, un sistema COEX es una constelación específica de recuerdos consistentes en experiencias condensadas - y fantasías en relación con ellas- provenientes de diferentes períodos de nuestra vida), con un tema básico fundamental que se reitera con una

estructura similar en otros sistemas a lo largo de diferentes etapas de nuestra vida.

Experiencias musicales prenatales. Aquí se centran los problemas de nacimiento, del dolor y sufrimiento físico, el envejecimiento, la enfermedad y la muerte. Al ser un lenguaje primario, directo y no racional, la música es una llave que abre matices y vivencias inconscientes relacionadas con nuestro primer encuentro con la realidad. El nacimiento.

Experiencias musicales transpersonales. Las características más importantes de éstas experiencias la constituye la sensación de expansión de la conciencia más allá de los límites habituales del ego y las limitaciones del tiempo y el espacio como son:

1. extensión vivencial dentro del marco de la realidad "Objetiva"

a) expansión temporal de la conciencia

♪ vivencias ancestrales

♪ vivencias colectivas o raciales

♪ vivencias embrionales o fetales

♪ vivencias evolutivas filogenéticas

b) expansión espacial de la conciencia

♪ vivencia de la unidad dual

♪ trascendencia del ego en las relaciones interpersonales

- ♪ identificación con otras personas
 - ♪ identificación con el grupo y conciencia grupal
 - ♪ identificación con animales y plantas
 - ♪ conciencia de la materia inorgánica
 - ♪ unidad con la vida y con toda la creación
 - ♪ conciencia planetaria
 - ♪ conciencia extraplanetaria
 - ♪ vivencias extracorporales, “viajes”, telepatía
- c) constricción espacial de la conciencia
- ♪ células de los tejidos, las células, los órganos
2. extensión vivencial más allá del marco de la realidad “objetiva”
- ♪ vivencias de enfrentamientos con entidades espirituales
 - ♪ vivencias de otros universos y encuentros con sus entidades
 - ♪ vivencias arquetípicas
 - ♪ secuencias mitológicas
 - ♪ vivencias de enfrentamientos con deidades

- ♪ comprensión intuitiva de símbolos universales
- ♪ activación de los centros de energía del organismo
- ♪ conciencia de la mente universal
- ♪ vivencia del vacío supra y metacósmico

La mayoría de estas vivencias se encuentran referidas en escrituras sagradas de todas nuestras religiones desde hace siglos.

El vínculo musical nos traslada a espacios de conciencia no habitual, desafiando el modelo convencional de la razón, abriéndose camino a través de nuestras rígidas estructuras defensivas, despertando totalidades, buceando en los estratos más antiguos del inconsciente, despertando símbolos ancestrales, sintonizándonos con energías desconocidas, hablando sin palabras, con el lenguaje del ritmo, la emoción, la armonía, afinando la cuerda esencial de nuestro ser, con las paralelas del universo, tendiendo un puente del sol al corazón.

3.4. Concepto de Hombre

La musicoterapia holística concibe al hombre como una totalidad, un organismo, una unidad en desarrollo, algo diferente y mucho mayor que la suma de sus partes. Dicha concepción se desprende de la concepción de la teoría cuántica la cual nunca trabaja con una cosa. Nosotros nunca trabajamos con un paciente, sino con interrelaciones de sistemas en un complicado tejido de conexiones. Somos algo más que un cuerpo físico, somos algo que lo trasciende y nos identifica con el cosmos.

Un modelo operativo consiste en repensar nuestro organismo, como una estructura trinitaria compleja de correlación vincular, formado por un área somática, una psíquica y un estrato que subordina jerárquicamente a las anteriores. Somos parte de un todo unificado, un sistema dentro de una red de sistemas mayores que nos contienen, un holograma que es parte de un holograma mayor. Esto implica que no nacemos como una “tabula rasa”, en que la herencia y el medio nos determinan.

La concepción holística acepta que otras formas orgánicas “inferiores” o estructuras no-físicas, posean grados de conciencia diversos, si bien en formas disímiles a la asumida por el hombre. La noción de conciencia “energía” es un principio unificador general universal, que opera sobre todo lo existente, un absoluto que no admite individualizaciones ilusorias.

En el hombre, el estado de conciencia ordinario es el más adaptado y racional en que la mente puede y debe organizarse. Sin embargo, se puede tener estados alterados de conciencia, en donde se vislumbran otras realidades, son considerados por algunos como patologías. Al hombre no es posible considerarlo de una manera aislada de su medio externo; ambos constituyen un campo unificado de conducta; toda existencia es una trama vibracional de relaciones en donde los llamados opuestos tienden a desaparecer. Es una ilusión perceptual de

que existe un sistema dentro como entidad estructural distinta de un sistema "fuera".

Somos una totalidad en interacción con otras totalidades. Una relación terapéutica es una interacción de totalidades. Jamás podremos hablar de un paciente sin hablar al mismo tiempo de uno mismo, pues estamos comprometidos con el mundo que observamos. ¡Y aún encontramos tantos terapeutas que tratan de no "involucrarse" en su totalidad en su afán de ser objetivos!

¿Quiénes somos?, ¿de qué estamos hechos?, el estilo de personalidad determina un tipo de enfermedad. Algunos seres humanos producen grandes experiencias en momentos de tal extremidad emocional, pues finalmente la realidad traspasa el caparazón de nuestro ilusorio ego. Nuestro corazón percibe la parcialidad de nuestro hacer limitado.

Estamos hechos de materia estelar. Todo el universo está hecho de materia familiar. Toda la materia se generó dentro de una gigantesca estrella roja (teoría del big bang).

De lo micro a lo macro, el universo mantiene patrones constantes de movimiento y relación, la energía es la causa primordial, las transfiguraciones energéticas son innumerables

"Y surge el hombre capaz de reflexionar sobre el misterio de su existencia, deseoso de conocer su origen y el extraño proceso por el cual surge de la materia estelar. Es el material cósmico contemplándose a sí mismo. Y se siente parte de las estrellas. Un hijo más de estas madres luminosas" el hombre hijo de las estrellas. Somos un modelo de todo el universo.

Todas y cada una de las partes que componen el universo, contienen la totalidad de este. Existe relación significativa entre todas las partículas

universales. El universo es un océano de materia conciente. El universo posee una constancia, una racionalidad que es condición de su propia existencia.

El conocimiento totalizador nos pone en contacto con el mundo de las esencias (lo que es), muy diferente del de las apariencias.

Para oír la música del universo debemos de convertirnos en espacios puros de resonancia a través del cual se eleve el canto de la creación. Dañar al sistema es dañarnos a nosotros mismos. La posibilidad de un ritmo armónico, "redondo", circular, sin interrupciones, nos centran como seres individuales y nos liga a la música fluyente de las esferas.

[1] Fregtman Música Transpersonal

(2) Fregtman, El tao de la música

3.5. Propuesta de Intervención

El arte de la terapia es entregarse sin resistencias a la misma, jugando como hoja que se la lleva el viento, dejando que todo acontezca por su cuenta, sin dirigir o gobernar forzosamente el sentido del flujo natural. Ninguna terapia será terapéutica a menos que sea una forma de juego, pues la vida misma es, en su raíz, puro juego creador.

El juego creador propuesto no es un acontecer trivial en absoluto, por el contrario, implica el coraje de ser nosotros mismos con los otros en el universo, entregándonos a lo que hacemos aquí y ahora, creando un ritmo espontáneo que confluya en la vivencia estética de la flexibilidad, una libertad.

La apertura y la libertad favorecen la originalidad, la experimentación, la iniciativa, el descubrimiento, la creación de un nuevo mundo. Una vez que se desarrolla creatividad en un campo determinado, se puede trasladar a otras áreas con sencillez.

El contenido nunca es exclusivamente transpersonal. Por ejemplo, si un paciente realiza un "rol playing" (juego de roles) de alguna situación conflictiva, lo sonoriza o musicaliza, habla acerca de lo que siente, etc., está reflejando el espectro total de su experiencia vital en diferentes niveles. La terapia puede dirigirse a los diferentes niveles de la conciencia según los problemas que predominen en la sesión. Cuando el paciente plantea los inconvenientes de enfrentamiento y relación con el medio en que vive, la terapia se centra en el nivel del ego (cuando se dice que un paciente plantea un conflicto no se hace referencia a que solo lo puede hacer verbalmente; en el caso de la musicoterapia, la elección de ciertos instrumentos, el predominio rítmico, la forma de un movimiento, el modo de sostener la baqueta de un tambor, una escena sonodramática, etc., puede hablarnos del nivel en que se desarrollará la sesión). Cuando el/la paciente esboza la posibilidad de una problemática del significado de la vida o

planteamientos similares, se encuentra en el nivel existencial, si son de trascendencia y unidad con el cosmos, es el nivel transpersonal.

Por otro lado, los modos expresivos de elaboración no verbal, también resultan adecuados para cierto tipo de información (y no para toda) por lo que se debe trabajar complementariamente con ambas estructuras, la verbal y la no-verbal. En musicoterapia, al trabajar en un encuadre sistémico transpersonal, el terapeuta se comunica por varios canales simultáneos –digitales y analógicos- por ende se está preparado para relacionarse empáticamente en la mayor cantidad de “lenguajes” posibles.

Un proceso de musicoterapia es un modelo de proceso creativo. Dentro de la terapia el proceso creativo atraviesa por una serie de etapas, fases o situaciones estructurales que se reiteran a diferentes niveles de tratamiento. En los primeros estadios se analizan conceptos, símbolos y significados conocidos, y se los descompone para conjugarlos y formar nuevas combinaciones significativas en los estadios siguientes. Estas ideas nuevas, este cambio en el ángulo de visión y enfoque conducen a la ampliación del concepto de sí mismo a distintos planos, lo que en algunos casos hace posible la autorrealización cognitiva, emocional y trascendente.

En la fase preparatoria del proceso creativo terapéutico suele tener lugar la formulación o presentación (verbal o no-verbal) del problema que motiva la consulta. El terapeuta debe realizar una cuidadosa y amplia evolución de las áreas sanas y las problemáticas, las capacidades creativas patentes y latentes, manifiestas y potenciales de cada paciente, sus marcos referenciales, y sus premisas de accionar. Como suele ocurrir en toda danza compartida, los participantes de esta nueva relación realizan una serie de “movimientos” tendientes a encontrar una forma de armonización empática con los movimientos del otro.

En esta fase preparatoria, la forma del marco psicológico determinará la validez de las futuras acciones “terapéuticas”. En la formación de un marco psicológico incluimos ciertos mensajes (o acciones significativas) dentro de este, y como consecuencia, excluimos otros ciertos mensajes. De la misma forma al excluir ciertos mensajes, incluimos otros.

La fase siguiente se denomina “incubatoria”, no se puede limitar en tiempo, pues madura de diferentes formas. Es una fase altamente resonante y empática, que suele generar desconfianza, inseguridad, ansiedad y, por esta razón, debe ser transitada lenta y cuidadosamente. El paciente se ha “abierto”, ha mostrado su interior y su juego de reglas “inadecuado”; se siente regresivamente solo y vacío. Es la fase oscura, la “noche oscura de la terapia” que debe ser atravesada en espera de la claridad.

Toda terapia observa, entre sus varios objetivos, el permitir aflorar a nuestros pacientes la creatividad potencial. Para llevar adelante esta propuesta, impulsamos la comunicación del paciente con su mundo interno, a fin de que él mismo descubra nuevas dimensiones potenciales, viendo las cosas desde un prisma nuevo, atreviéndose a jugar de un modo no habitual, que nos descubre las fantasías y nos propone formas de afrontar estos descubrimientos inquietantes. En esta fase el paciente comienza a crear criterios axiológicos propios, introduciendo en la confusión un ordenamiento desde “dentro”, de ahí que sea tan importante que el terapeuta acompañe suave y firmemente a su paciente sin afectar ningún tipo de valoración crítica, pues en esa atmósfera libre, al paciente le resulta más sencillo reunir sus criterios propios. Una actitud contenedora y permisiva, firme y clara, hace posible la irrupción del acto en libertad..... y la libertad implica necesariamente responsabilidad creativa.

La fase de descubrimiento, visión e iluminación produce un cambio en la forma relacional: se toma conciencia repentina de algo dicho o actuado, o se produce un “insight” sobre una acción compulsivamente repetida. Por primera vez, se quiebra

desde dentro (y no solo por una interpretación del terapeuta) la cadena compulsión a la repetición, surge una nueva idea, acompañada de un matiz emocional intenso.

En la fase verificativa se compara la vivencia subjetiva con el marco relacional psicológico objetivo; el terapeuta es en este estadio más científico en su rol, al analizar, comparar, comprobar y verificar las posibilidades reales de estas diferencias subjetivas del propio mundo del paciente, frente al entorno objetivo en donde han de ponerse en movimiento. En un momento altamente interpersonal, el paciente gana noción de totalidad, desidentificándose con una porción de sí mismo.

Se han atravesado varias etapas (no siempre sucesivas y con componentes simultáneos; de un girar en círculo cerrado patológico y sin sentido, el paciente comienza una relación consigo mismo (más allá de la relación transferencial con su terapeuta); del conocimiento de la problemática y su consideración desde múltiples ángulos, el caos empieza a estructurar un orden natural; el paciente inicia un proceso nuevo de relacionamiento con el mundo exterior implementando nuevas reglas de juego, integrando mundo interno y externo por la vía de la autorrealización creativa.

En algunos casos, el crecimiento psicológico no se detiene aquí y trasciende la personalidad, planteando invariablemente cuestiones de naturaleza espiritual y de relación transpersonal; esta es la fase trascendente. Esta es la fase artística por excelencia, pues el paciente –desligado de las cargas y deficiencias de la personalidad- comienza a vivir su vida como una experiencia estética, con un sentimiento de identidad amplio y percibiéndose como el contexto de una experiencia vital, que a su vez transforma el contenido.

CONCLUSIONES

Y a todo esto ¿Qué es la música? Hemos revisado que la música se ha entendido desde diversos puntos, a saber, desde lo académico (es una combinación de silencios tal que sea agradable al oído), desde lo histórico y social (...y entonces el hombre hizo música tratando de reproducir los sonidos ambientales), y desde Fregtman, así que, finalmente ¿Qué es la música? Llegamos al punto en que entendemos la música como parte de un holomovimiento, la música es una representación de las fuerzas del universo. La música para Fregtman no solo representa una herramienta de apoyo o un vehículo de emociones, sino que va más allá y nos muestra la música como una cosmovisión influida por una perspectiva nueva sobre la realidad y su comportamiento, surgida de la física cuántica y el misticismo. La música o el ritmo, explica el origen del universo, el origen del hombre (tal vez la naturaleza de Dios), es un orden implicado, es expresión de un campo unificado, es sonido y significado a la vez, es pensador y pensamiento a la vez, es el sonido y el oyente a la vez, es el observador y el observado a la vez.

¿Es la música de ayer diferente a la de hoy? En lo emocional, expresivo, social, cultural, psicológico y estructural, funcional, biológico, académico, terapéutico, como una perspectiva de lo místico, ¿acaso solo hemos logrado ver de otro modo los mismos fenómenos? (eso ya sería un triunfo).

El hombre creó la música a partir de la imitación de sonidos ambientales (¿verdaderamente el hombre creó la música o solamente la descubrió?) y en un momento de su historia tuvo el tiempo suficiente para reflexionar, jugar, socializar, crear y re-crearse con la música, tal como el niño lo hace con sus juegos y descubrimientos. Pero la música ha cambiado en sus estructuras armónicas, así como en su funcionalidad (o sea para que sirve), así, encontramos que la música hoy nos sirve para más cosas que antes y se vislumbra con una gama de posibilidades aún no concebidas. Aún tenemos en lo social la concepción a veces divisora de que existe una música culta o buena y, por otro lado, una música corriente y vulgar, ¿acaso el papel social de una herramienta insertada en una filosofía de dualidades? Habría que considerar que tal vez existen cosas de la

música que siguen intactas desde el principio como es el papel de auto expresión, ya que lo mismo sucedía en las tribus primitivas como en los niños y los artistas, así como en aquel o aquella que canta en el baño mientras se asea. Así mismo podemos ver como una cierta línea melódica se asocia a alguna experiencia y sirve como estímulo condicionado para recordarla posteriormente. De lo mas importante en este punto es que a partir de la música podemos vislumbrar una perspectiva del mundo diferente (tal vez mas amplia) en la cual nos percibimos como entes armónicos y resonantes, como megáfonos de un universo holográfico, como instrumentos de cambio; como vía, vehículo y tripulante de sonoridades

La musicoterapia como tantas otras disciplinas científicas está influida inexorablemente por diferentes perspectivas filosóficas teóricas que implican a su vez modos distintos de entendimiento y aplicación, la pregunta a contestar aquí es ¿realmente la perspectiva de Fregtman supera a los enfoques anteriores? ¿Cuál es la diferencia fundamental? La música siempre ha tenido efectos sobre el ser humano, para bien o para mal, si revisamos un poco, la música siempre tuvo un carácter mágico misterioso y oculto, y se le atribuyen esas características a entidades divinas. Si bien es cierto que aún sigue siendo misteriosa, ahora sabemos que responde a ese orden implicado y no precisamente a entes sobrenaturales. Fregtman es de este paradigma, que al parecer siendo lo más nuevo, es lo más cercano a lo más viejo (ya lo decía Héctor Solórzano en la III conferencia Internacional sobre los nuevos Paradigmas de la ciencia, 1995, en una conferencia sobre las técnicas alternativas en medicina, “lo mas nuevo es lo mas viejo”), en donde la música no se concibe como algo externo y ajeno al ser humano, sino como parte esencial del mismo

No sería justo decir que la perspectiva de Fregtman parte de cero en su propuesta teórico metodológica, es obvio que comparte elementos con las otras perspectivas aunque con su respectivo matiz. ¿Rebasa esta perspectiva a la anterior?, si, considerando los objetivos terapéuticos en la anterior musicoterapia, se espera una funcionalidad en el paciente, es decir, que se adapte a su medio de la mejor manera. Fregtman por su parte, no solo se inclina a la funcionalidad sino que va más allá y busca el desarrollo del paciente hasta lograr una integración

amplia, completa, total, siendo el mismo paciente, promotor, proceso y producto de una actividad creadora, hasta el punto en que se concibe lo artístico de la propia vida.

Un punto importante a analizar es el referente al concepto de ser humano donde es necesario responder a la pregunta ¿Qué ve Fregtman de diferente en este paciente de musicoterapia? En las perspectivas revisadas se observa una postura epistémica dualista, es decir, el sujeto es ajeno al objeto y diferente a él, es diferente el sujeto cognoscente y el objeto conocido, observador y observado. Fregtman por su parte retoma la postura epistémica en donde el sujeto cognoscente y el objeto conocido son una y la misma cosa (y la diferencia de términos solo es cuestión didáctica o conceptual). De esta forma, mientras que otras perspectivas conciben al ser humano como independiente (de manera teórica) de la realidad en la que se encuentra, Fregtman lo concibe como la realidad a estudiar; formado, conformado y co-formante del universo de un universo indiviso que guarda la misma estructura holográfica en lo micro y en lo macro. Aunado a lo anterior y complementando, Fregtman establece dentro del conjunto de motivaciones intrínsecas al ser humano, la motivación lúdica, la cual es una finalidad en sí misma, y que ha sido posiblemente la más negada y reprimida.

En relación con lo anterior (y con todo), revisemos un poco la cuestión del musicoterapeuta. Primero, en lo revisado encontramos la propuesta de que el musicoterapeuta ha de mantener un equilibrio entre tres disciplinas y se explica su por qué: ha de tener formación como músico sin permitir que sus ideas de lo estético impidan o distorsionen lo que el paciente está expresando; ha de ser psicólogo sin permitir que el contexto verbal aplaque o impida el contexto no-verbal que en musicoterapia es más importante; y conocimientos en medicina ya que estamos inmersos en un ámbito de salud mental. Pero Fregtman desde su perspectiva afirma que el musicoterapeuta es un explorador, un ser humano antes que todo, con su espectro de conocimientos y su ser, un ser humano flexible, abierto y receptivo, dispuesto a aprender, siempre modelo y herramienta, siempre creativo.

Finalmente respecto a la forma técnica de la musicoterapia Fregtman aporta una sesión en donde lo más importante, más allá de las cuestiones físicas (vestimenta, tipo de instrumentos, lugar), es la cuestión lúdica, el permitir que el juego lleve al paciente por donde sea necesario, utilizando para ello otras técnicas alternativas como la danza o el grito. El aspecto lúdico de la sesión se entiende como parte esencial de un proceso creativo, el cual es el elemento central de la terapia, crear, expresar, purgar, explorar, sugerir, cambiar, evolucionar..... Fregtman lo expresa como el juego creador, donde musicoterapeuta y paciente son conjunto común co-creador de nuevas experiencias, sentimientos e ideas, que llevará al paciente (y por que no al terapeuta) hacia un nuevo estado vivencial consigo mismo, a la autorrealización y tal vez, a la perspectiva de que la misma vida, como la música, es una arte siempre susceptible de mejorarse estéticamente.

Como punto final y para responder a las preguntas rectoras de este fragmento, podemos decir que sí, la perspectiva de Fregtman sí aporta elementos innovadores a esta práctica, apoyándose no solo en una teoría filosófica occidental sino considerando en mayor medida una filosofía oriental que tiende a percibir el mundo no de manera fragmentaria, sino todo lo contrario, de manera total e integradora. Parece paradójico que a partir de los conocimientos en física cuántica (que es lo más reciente relativamente) estamos comprendiendo el mundo y la realidad de manera mas parecida a la filosofía oriental. ¿Es esta la culminación del desarrollo filosófico? No, tal como lo dijera Sergio López Ramos “este es solo un paradigma que en un futuro de la historia llegará a ser recordado con la frase: hubo una vez un paradigma holístico”; lo cual no significa que no sirve, sino que la filosofía, la ciencia, la tecnología y la musicoterapia son, como perspectivas, una conclusión temporal.

BIBLIOGRAFIA

- Aguilar Méndez Arnulfo 2002 en www.tlali.iztacala.unam.mx, revisado
- Aguilar M. A. (2000), Musicoterapia Transpersonal, alternativa para mejorar la calidad de vida de las personas que viven con VIH, Tesis UNAM, Iztacala
- Alvin, J. (1967) Musicoterapia, Barcelona Paidós
- Benenzon, R. O. (1985), Manual de Musicoterapia, España, Paidós
- Benenzon, R. O. (1998), La Nueva Musicoterapia, Argentina, Lumen
- Biblioteca de Consulta Microsoft® Encarta® 2001
- Biblioteca de Consulta Microsoft® Encarta® 2004. © 1993-2003 Microsoft Corporation. Reservados todos los derechos.
- Bunge, M. (2000), La ciencia, su método y su filosofía, México, Siglo XXI editores
- Caballero, Cristian, (1987), Introducción a la Música, México, Edamex
- Carrillo, G. y Cataño, F. (1970), Temas de Cultura Musical, México
- Chalmers, A. (2001) ¿Qué es esa cosa llamada ciencia?, México, Siglo XXI Editores
- Comte Augusto, (1990), La filosofía positiva, México, Porrúa, Colección "Sepan Cuantos....."
- Descartes, R, (1992), Descartes, Discurso del método, Meditaciones metafísicas, Reglas para la dirección del espíritu, México, Ed Porrúa, Colección Sepan Cuantos....
- Di Prinzió, C. (2002, diciembre), Entonces..... ¿qué es la musicoterapia? (16 párrafos), musicoterapia norte (en red), disponible en: www.musicoterapianorte.com.ar
- Di Prinzió, Cecilia, (2002, Diciembre) Sobre Musicoterapia (15 párrafos), Musicoterapia Norte (en red), Disponible en: www.musicoterapianorte.com.ar
- Di Prinzió, Cecilia, (2002, Abril) Musicoterapia y discapacidad Motriz en adultos (9 párrafos), Musicoterapia Norte (en red), Disponible en: www.musicoterapianorte.com.ar
- Diccionario de la Real Academia Española
- Esteban lerardo (2002, mayo), La creencia de que el mundo fue creado a través de la música en los mitos y leyendas populares (32 párrafos) Viaje Sonoro (en

red) disponible en www.temakel.com,

Esteban Ierardo (2002, mayo), El Canto Sagrado Del Viento (42 párrafos) Mitología Arte y trascendencia (En red) www.temakel.com

Feldman, G. R. (1982), El nuevo Paradigma en Psicología, Buenos Aires Paidós

Feldman, G. R. (2006), La percepción Unitaria, (50 párrafos), Percepción Unitaria (en red), disponible en: www.percepcionunitaria.org

Fregtman, C. D. (1988), Holomúsica, Barcelona, Kairós

Fregtman, C. D. (1990), Música Transpersonal, Barcelona, Kairós

Fregtman, C. D. (1985), El tao de la Música, Buenos Aires, Estaciones

Gaetner, R. (1981) Terapia Psicomotriz y Psicosis: la danza y la música, España, Paidós, p 53-72

Gastón, E. T. (1988), Tratado de Musicoterapia, Buenos Aires Paidós

González Vera, Rubén (1991), El influjo de la filosofía en la psicología científica, México, UNAM, ENEP Iztacala

Ierardo Esteban (2002, mayo), Los mitos y leyendas populares y la creencia de que Dios creó el mundo a partir del sonido (33 Párrafos), Viaje Sonoro (en Red), www.temakel.com

Janik Andrzes citado en: Olvera, B. (2002, Diciembre), La musicoterapia (14 párrafos), Iztacala Revista Electrónica (en red), www.tlali.iztacala.unam.mx

Jaramillo, Echeverría, Luis Guillermo (2004), "La controversia Kuhn-Popper en torno al progreso científico y sus posibles aportes a la enseñanza de las ciencias" en: Cinta de Moebio (Chile) 20

Khun, Tomás (1995) La estructura de las revoluciones científicas, México, Fondo de Cultura Económica

López Pérez Elizabeth (1996), Taller vivencial de danza terapia y musicoterapia. Un enfoque corporal al proceso enseñanza-aprendizaje, Tesis, UNAM, Iztacala

Mayer, Schmitt, Pamela, (2002, diciembre), Crecer con Música (10 Párrafos), Musicoterapia on line (en red) www.musicoterapiaonline.cl

Moncada, Francisco, (1977), Teoría de la Música, México, Framong

Olvera Nieto Marcos B. (2002, diciembre), La Musicoterapia (13 Párrafos), Iztacala Revista Electrónica (en red), www.tlali.iztacala.unam.mx

Pellizari, Patricia (2002, abril), ¿Qué es la musicoterapia? (7 párrafos) Revista

ICMUS (en red), www.musicauruguay.com

Pérez Chiarelo Rodolfo (2002, mayo), La Música ¿fenómeno natural o creación cultural humana (18 párrafos), Viaje Sonoro (en Red), www.temakel.com

Politzer, Geroges (1984), Cursos de Filosofía, México, Editores Mexicanos Unidos

Puchetti N. (2002, mayo), Acerca del viaje Sonoro (12 párrafos) Viaje Sonoro (en red), disponible en: www.temakel.com

Quintanar Leyva Samantha (2002, diciembre), La música como un instrumento para la realización de diversas terapias (23 Párrafos) Laboratorio en Línea de enseñanza en Cómputo (en Red) www.tlali.iztacala.unam.mx

Sabás Sánchez, Leticia Araceli, (2002, mayo), La musicoterapia como parte de la psicología (20 párrafos), Revista de Psicología (en red), www.tlali.iztacala.unam.mx

Selsam, Howard (1968), ¿Qué es la filosofía?, México, Ed Grijalbo

Vidal, Ismael, (2001), Psicología General, México, LIMUSA

www.agruparte.com (2002, diciembre) ¿Qué es la musicoterapia? (19 Párrafos)

www.agruparte.com (2002, julio), Definición de Musicoterapia (27 Párrafos), Música, Arte y Proceso, (en Red), www.agruparte.com

www.aldeabebe.com (2002, mayo), Musicoterapia (6 párrafos), Aldea Bebe (en red) disponible en: www.aldeabebe.com

www.mantra.com.ar (2002, mayo), La música Armoniosa (3 párrafos), Revista Utopía (en Red), www.mantra.com.ar

ANEXO1

Benenzon

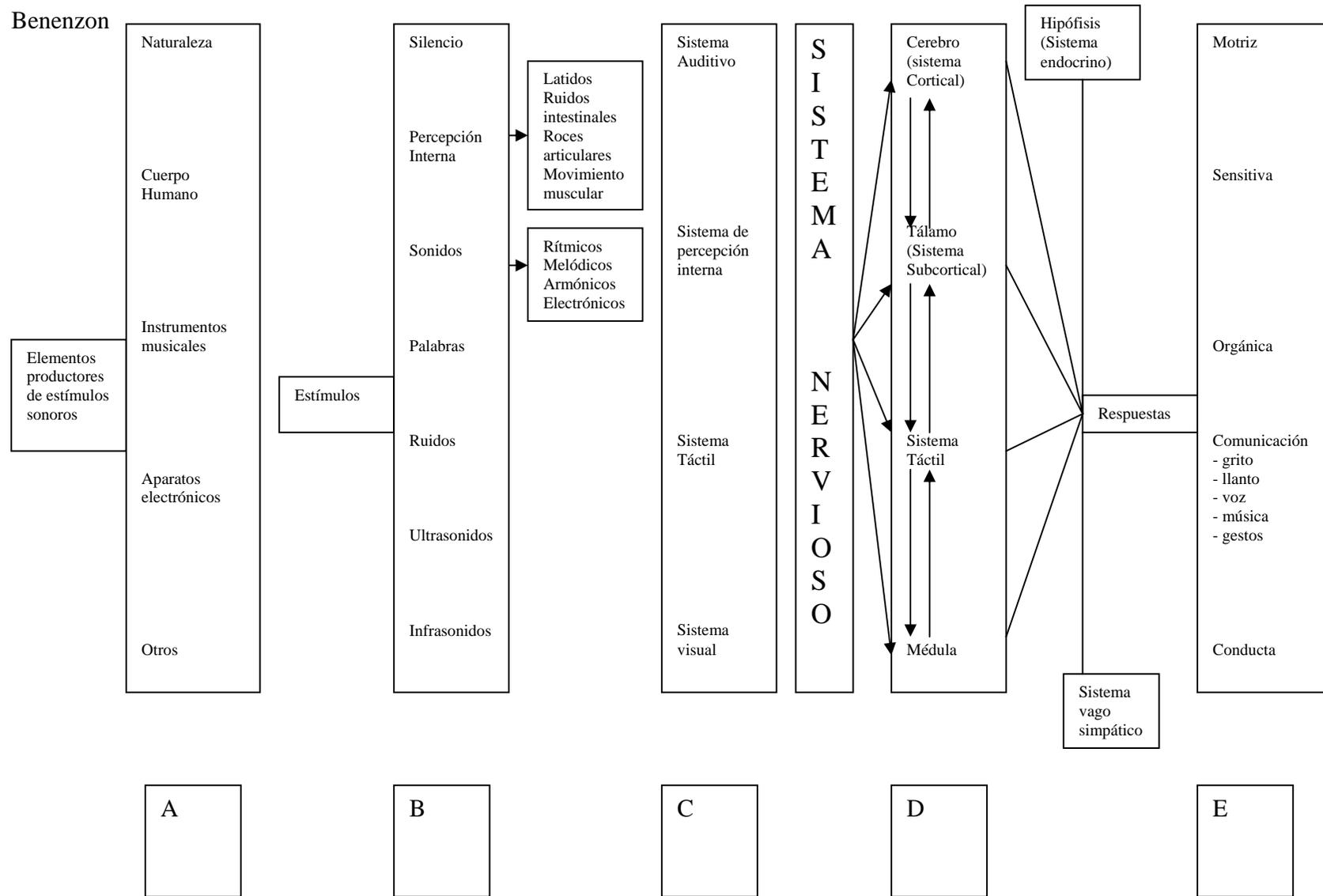
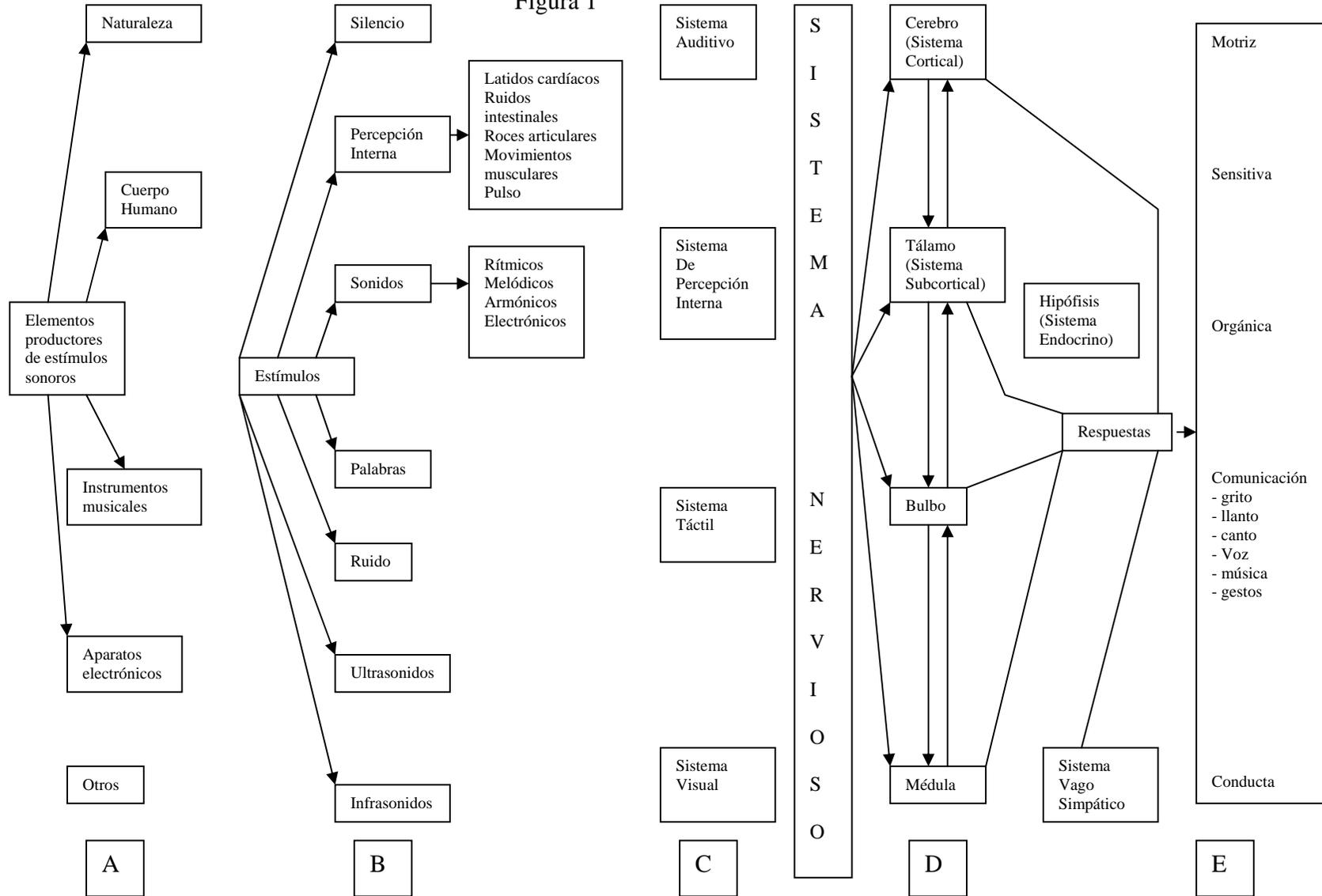


Figura 1



ANEXO 2

“Prefiero pensar en música como lenguaje, no como matemáticas, y enfocarme en sonido en lugar de fórmulas. Si escuchas y mantienes el procedimiento de tus pensamientos de una forma simple, va a ser mucho más fácil improvisar. Todos los grandes guitarristas que conozco empezaron escuchando y repitiendo melodías, después creando variaciones de las mismas. Más tarde, aprendieron teoría compleja para abrir sus oídos a nuevas posibilidades. Así es como originalmente aprendemos a hablar”

Bruce Forman

De la misma forma en que aprendemos a hablar creo que aprendemos, dentro de un proceso terapéutico, a cuestionar y repensar nuestra forma de vida, aprendemos en la escuela psicología, aprehendemos el ser psicólogos.....

Aprendemos y aprehendemos la forma de ser psicólogos, terapeutas, no sin darnos cuenta que al igual que en la música, cada músico y cada terapeuta crea su propio estilo de llevar al paciente a otras formas de vivenciarse a sí mismo, de sentirse, de armonizarse, de crearse..... en este nuestro formarnos como psicólogos creo que un cuento nos será más explícito.

¿Qué es lo que te compele a convertirte y mantenerte como un guitarrista?. Juanito toma su primera guitarra y dice “quiero tocar como Jimi Hendrix” (o Jimmy Page, Al di Meola, o Stanley Jordan) Y comienza una interesante paradoja de la naturaleza humana.

Es naturaleza humana el perseguir aceptación y seguridad. Todos queremos pertenecer a algún lugar: a una familia, un conjunto, una sociedad, la gente “in”.

En nuestro caso, es la familia de los ejecutantes de guitarra. Pero a la vez queremos que se nos distinga de los demás por nuestro individualismo.

Hendrix es un modelo ejemplar que Juanito querrá emular, un guitarrista deificado por su estilo flameante, su personalidad fuera de lo común e imagen extravagante. Pero al continuar Juanito desarrollando un sentido más maduro acerca de la música efectiva, se percatará que Hendrix es recordado por que la mayoría de la gente lo relaciona con el espíritu pionero, el explorador, el excéntrico comprometido que define y explota visiones personales únicas.

Al público le encanta esto. La historia de Buddy Holly enfatiza su espíritu individual, Frank Sinatra lo hizo “a su manera”. El negocio del espectáculo, este negocio de exhibir apela un instinto básico humano de visión y mientras más espeluznante, controversial, mucho mejor. Revela tus sueños, derrama tus adentros, desnúdate, muéstranos tu alma y corazón.

A los espectadores les agrada tener un sentido del síndrome de Don Quijote de un ejecutante –un sentimiento de que ellos están siendo testigos de alguien con las agallas para soñar el sueño imposible -. También les emociona los actos de trapecio: “es peligroso ¿se caerá?”. Y no nos olvidemos del interesante juego de manos del mago. Chet Atkins dijo que el truco es hacer que lo difícil parezca fácil y lo fácil parezca difícil.

La mayoría de nosotros batalla dentro de ciertas limitaciones, el mismo vocabulario de notas, equipo musical similar, el formato de los medios masivos de comunicación, convenciones de mercadotecnia y promoción. Entonces, ¿de qué manera podemos lograr nuestra individualidad?.

Si les pido a 100 guitarristas que toquen un círculo de acordes de re, do y sol, estoy segurísimo en apostarles que obtendría 100 versiones diferentes. Simplemente hay que pensar en cómo el vapor del agua se cristaliza en copos de

nieve, sin igual (Lograr la forma del diamante, así lo describe la bailarina Marie Chouinard).

Para empezar trata de ser natural y relajado, deja que tu autoexpresión sea intuitiva e instintiva. Te voy a proporcionar un ejemplo personal: cuando estoy “entrado” en un solo en La Eólica, tal vez me incline por una corrida (escala) ascendente. Por alguna razón se me hace una figura muy natural, y tal vez por eso no me preocupo en pegarle a las notas como en concentrarme en frasearlas dinámicamente, empezando suavemente, acelerándose y por último explotando en la última nota. Puede que encuentres esta escala particular, más difícil o menos satisfactoria que cualquier otra configuración. Estupendo –debes de tener seguridad en tus propios instintos y no “ponerme como camote” por que la mía no te agradó-.

Ahora pregúntate a ti mismo: “¿tocas la guitarra por que te gusta?, ¿Es ese amor general y fácilmente accesible en tu música?”. Si no fuese así, ¿Qué tratas de transmitir con tu guitarra?, ¿Existe una consistencia entre las cosas que sientes, la habilidad física que utilizas para arrancarle esas emociones a la guitarra, el material que te rodea y que personifica tu modo de tocar, y las cosas que finalmente la audiencia recibe de todo esto?, ¿Qué puede obtener de ti que no pueda obtener de otras personas u otro lugar?

Una vez que hayas reconocido y definido tu individualidad debes desarrollarla y hacerla obvia a tu audiencia, si los aspectos de tu individualidad son sutiles, entonces tu rendimiento debe proveer a tu audiencia con un microscopex. Si puedes construir algo de tu individualidad con formas más grandes que esta vida, entonces llamarás la atención y ganarás la seguridad de aceptación a través del reconocimiento de tu espíritu único.

Cuando el pequeño Juan se convierta en el viejo Juan, la paradoja en la matriz se habrá realizado. Juan desea aún tocar como Hendrix, pero ahora es por que él

quiere tener la libertad de expresión espiritual de Hendrix, la misma autoridad en vocear su propia alma (y tal vez, el mismo reconocimiento y aceptación para estas cosas) Así es, bienvenido al club, Juan, bienvenido al club.

Rik Emmet

Parafraseando a Rik, qué es lo que de nosotros ponemos cada vez que nos ponemos enfrente y al frente del proceso terapéutico de un paciente. En esta propuesta lo interesante es ver y saber que el terapeuta forma parte activa e involucrada en un proceso que pareciera ser unilateral, y que sin embargo produce efectos y aprendizaje en aquel que ayuda a otro a encontrarse a sí mismo. No puedo determinar en qué momento del proceso me encuentro yo, pero los objetivos de este trabajo fueron rebasados no sólo en el aspecto teórico sino que hoy, al escribir las últimas líneas se convierte en un paso más, no sé de qué tamaño, en mi proceso y búsqueda de ser psicólogo.

Queda pues como un reconocimiento y un fuerte agradecimiento a esa forma de llevarnos en nuestra enseñanza, a aquella persona que, como Jimi Hendrix para Juanito, se convierte hoy para mí en un ejemplo más a seguir, no sin antes haber formado parte activa e involucrada de mi propio proceso, así como yo espero haber sido parte activa e involucrada de su propio proceso

“Los hombres sólo alcanzan las alturas
Ayudando a otros hombres a alcanzarlas”

L.H. Dowling