

ESCUCHA INTEGRAL: METODOLOGÍA DE ESCUCHA PARA LA SELECCIÓN DE LA MÚSICA EN LA MUSICOTERAPIA HUMANISTA *

Introducción

Durante muchos años me cuestioné sobre cómo dar a conocer de manera organizada a mis alumnos el fenómeno de la relación entre el ser humano y el sonido. Asimismo, cómo reconocer la influencia teórica con la que comencé a desarrollar el concepto y la práctica de la “escucha integral de la música” a partir del conocimiento de la función de los dos hemisferios cerebrales difundido por Robert Ornstein en *Psicología de la conciencia*. Ornstein expone la diferenciación de los hemisferios basándose en diferentes estudios de las funciones que ejerce cada uno. En el izquierdo se procesa la verbalización, el pensamiento lógico, el matemático, las ideas secuenciales y en general, cuestiones teóricas y del conocimiento. En el hemisferio derecho se desarrolla la creatividad, la capacidad de visión, la percepción holística, el pensamiento no analítico y el procesamiento de la música.

Esta visión de la función de los hemisferios cerebrales me permitió entender por qué algunos músicos, cuando escuchan obras musicales o cuando están en un ejercicio musicoterapéutico, no se permiten sumergir en estados emocionales o en estados no ordinarios de conciencia. Esto se debe a que analizan la música de manera teórica y cognoscitiva, preguntándose de qué obra se trata, qué orquesta la interpreta, quién es el autor, lo que les impide ingresar en estados más profundos. He observado también que la respuesta de personas sin conocimientos musicales, proviene desde dentro de su cuerpo, ésta es la respuesta humana experimentada por medio de sensaciones, sentimientos, imágenes espontáneas y estados no ordinarios de conciencia (ENOC). A partir de estas observaciones empecé a investigar cómo la música puede tener efectos en todo el cerebro.

Así, dividí la escucha integral en dos partes o matrices: *La respuesta humana a la música* y *Propiedades de la música*. La primera se ocupa de la respuesta subjetiva y fenomenológica de la persona al escuchar la música. La segunda matriz, se ocupa del análisis de las propiedades intrínsecas de la música, como el ritmo, la melodía, armonía, timbre o intensificación, entre otras. Estas cualidades musicales son mensurables y objetivas; por ejemplo, que se trata de una pieza con ritmo de vals, con una armonía mayor, etc., incluso muchas obras desde el título informan sobre su armonización: *Concierto para oboe en re menor*, de Marcello, o *Concierto para violonchelo en mi menor*, de Elgar.

La mayoría de las personas han oído música desde la niñez, pero no han aprendido a escucharla. Oír significa percibir los sonidos de la música sin ser conscientes de ella; escuchar significa que la conciencia presta atención a lo que sucede en la pieza y a lo que acontece dentro de sí como respuesta a ella. Por ello, “Una escucha pasiva, perezosa y dirigida hacia el gozo es incapaz de reconocer en la música una realidad cósmica y espiritual” [Balan, 1992: 21].

El concepto de escuchar es parecido al concepto del ver de Carlos Castaneda. Para él ver es centrar verdaderamente toda la atención en lo que se puede percibir de manera sencilla y natural, es descubrir lo que se puede observar “más allá”, lo cual implica una ampliación de conciencia.

Los antiguos anatomistas decían que el nervio auditivo se dividía en tres o más caminos en el interior del cerebro. De ello deducían que el oído podía escuchar en tres niveles distintos. Un camino estaba destinado a las conversaciones mundanas. El segundo era para adquirir erudición y apreciar el arte y el tercero permitía que el alma oyera consejos que pudieran servirle de guía y

* Extraído del libro: *Musicoterapia Humanista: Un modelo de psicoterapia musical*. Víctor Muñoz Pólit. 2008

adquiriera sabiduría durante su permanencia en la tierra. Hay que escuchar por tanto con el oído del alma. [Pinkola-Estés, 2002: 34].

Ver¹ incluso lo más sutil es una capacidad de todos los seres humanos; seguramente en este momento están sucediendo diferentes milagros que no sabemos o no queremos ver. Con la música sucede algo parecido: si la conciencia está dispuesta para escuchar de manera total y abierta, es factible acceder a lugares muy profundos de la música y de uno mismo, como la expresión de la psique o del inconsciente. La función de la escucha integral consciente consiste en ir hacia adentro con absoluta atención a lo que sucede en cada momento, a las respuestas que se producen dentro de nosotros, y también el llevar la conciencia hacia lo que sucede en la música misma: cambios rítmicos, presencias tímbricas importantes, cualidades sonoras, relación entre los instrumentos, formas melódicas, etcétera. Es así como vamos en un ir y venir de la escucha musical a la escucha en el mundo interno y viceversa. La mejor manera para permitirnos esta experiencia es clausurando el canal visual —el que por desgracia conecta de manera automática con el juicio, la clasificación, la mente.

El material que se analiza —paradójicamente— en la matriz de La repuesta humana a la música es del tipo que se procesa en el hemisferio derecho, en esta región cerebral se localiza la conciencia corporal y el sitio en donde se procesan los sentimientos. Esta escucha se realiza en un campo de conciencia abierto, total, periférico, sin definir las partes externas, sin centrar la conciencia en un solo elemento a pesar de que la conciencia está puesta en el yo-cuerpo, observando las propias respuestas ante el sonido y su evocación. Cuando la persona está trabajando esta matriz escucha lo que ocurre en su interior desde la experiencia subjetiva, sin identificar con claridad cuáles elementos musicales están presentes ni las características de la obra.

Carlos Fregtman menciona la capacidad de dos tipos de audición: central y periférica, que generan pensamientos con características distintas. En la audición central el oído “enfoca” uno o más sonidos del medio, aislando el resto de la masa sonora. Esta discriminación sonora permite que se cree un tipo de pensamiento y de percepción tanto interna como externa, consciente, abriendo la posibilidad de habitar una realidad con un orden claro.

La audición central se corresponde con los procesos de concentración analítica; holística. “Conscientia” significa literalmente “conjuntamente-conocer”, como en una complicidad. La audición centralizada es una consecuencia directa de nuestra forma secuencial, lineal y discursiva del pensamiento. Nos enseña a separar y disponer un suceso después de otro, para pensar correctamente [Fregtman, 1994: 60].

La escucha parcial hacia un elemento sonoro, define la segunda matriz, centrando la conciencia en la música, analizando sus distintos elementos; este trabajo se ejecuta desde el hemisferio izquierdo, en el que se localizan el pensamiento lógico, el racional y desde el cual se puede describir y analizar (más que vivenciar) la música e identificar las partes, por ejemplo, las que se relacionan con los distintos timbres en un ritmo determinado, etcétera. Ésta es una escucha que usa el músico profesional, que analiza y estudia la música; en ocasiones esta escucha es tal, que hay una pérdida de sensibilidad para percibir conscientemente la respuesta humana; su vínculo es de índole analítico, localizado en el hemisferio izquierdo. En contraste, la dificultad de otros individuos entrenados en la

¹ “Ver es la recompensa de una vida de guerrero; así, ver es la perfección del cese del diálogo interior: sólo el hombre que ve percibe las cosas tal como son, es decir, fuera de toda representación, de toda exigencia debida a una descripción. Ver es abrir un camino entre la explicación del hombre corriente y la de los hechiceros. Quien ve ama, eso es todo” [Castaneda, 1987, pp. 104-106].

músicoterapia, estriba en reconocer las partes, ya que desconocen cuáles elementos sonoros la construyen y no cuentan con definiciones y, por lo tanto, no hay material conceptual que permita localizarlas. Ésta es una de las dificultades presentes en los grupos de entrenamiento en la especialidad de músicoterapia humanista: la heterogeneidad, en la que se enriquece la experiencia del laboratorio de escucha, empero, es importante asumir tanto el potencial de la diversidad como sus limitaciones.

Si escuchamos la misma pieza musical dos o tres veces con las consignas de cada una de las dos matrices, se tendrá una escucha verdaderamente integral, en la cual el fenómeno de la percepción auditiva sea un mapa que guíe la selección en términos tanto objetivos como subjetivos. Es importante que el musicoterapeuta tenga un conocimiento lo más completo posible para poder crear un puente entre la persona con lo que ocurre fenomenológicamente y la música como aliado interno. Es posible construir este puente en términos del modelo humanista únicamente si se cuenta con un conocimiento total de las piezas que el musicoterapeuta propone en la experiencia terapéutica de sus pacientes. La intuición en la elección está fuertemente enraizada en el conocimiento de su música, si no la conoce no puede hacer uso de ella, no puede fluir con su intuición. El trabajo de elección se hace desde los dos hemisferios, es como el artista que al conocer las herramientas y las consignas para su trabajo puede fluir con todo lo que desconoce de sí mismo e ir más allá de sus propios conocimientos, pero es sólo a partir de este dominio de instrumentos y técnica cuando su imaginación y su intuición transitan libremente. Esto mismo sucede con la selección de las piezas en un proceso o en una sesión de músicoterapia humanista.

Centrándose en la escucha integral y en las funciones del musicoterapeuta con el paciente es importante mencionar que una de las labores más productivas en términos de reconexión interna es la posibilidad de que éste entre en el proceso de unión con la música, es decir, enseñarle a escuchar la música con el cuerpo, el alma y la mente. “El que quiera escuchar la música conforme a su naturaleza tiene que concentrarse y sumergirse en su interior, entrar en diálogo con el espíritu de los sonidos y, por fin, ser capaz de progresar de la apariencia audible al núcleo inaudible” [Balan, 1992: 22].

Por todo ello es importante aclarar que el simple hecho de utilizar música en una sesión terapéutica no la define como una sesión de músicoterapia —al menos no humanista—, ya que sólo se estaría musicalizando un ejercicio en el cual no hay conciencia por parte del terapeuta de lo que ocurre en términos de la relación música-persona. Para que el trabajo terapéutico reúna las características de un ejercicio o experimento de músicoterapia humanista es necesario que el terapeuta cuente con los elementos necesarios para que el paciente se relacione con la música en otras formas, gracias a la adecuada elección para ese momento. Es decir, debe crearse un ambiente y un procedimiento de acercamiento del paciente con la música a través de diferentes métodos creativos que integren los siete pasos de la metodología de la músicoterapia humanista: 1) Planteamiento del tema; 2) Preparación; 3) Exploración; 4) Contacto; 5) Intensificación; 6) Resolución, y 7) Procesamiento. Asimismo, ayudar a que la conciencia de la persona llegue a donde está la música y la respuesta “humana” hacia ella; esencialmente, promover que el paciente sea más consciente de la realidad desde el punto de vista de la gestalt, percibiéndola a través de los órganos de los sentidos y de lo que sucede en su interior más allá de la fantasía.

Primera matriz. La respuesta humana a la música

La primera matriz tiene siete aspectos: sensación, sentimiento, pantalla proyectiva, topografía corporal, soporte, estado energético y actitud; incluyo en la respuesta humana el uso de la pieza referida al tema que se trabajará.

Titulé así a esta matriz porque en ella se detalla esencialmente lo que sucede como una respuesta interna, humana e integral a la música. La experiencia es completamente corporal, ya que sucede en

