



30 situArte

Música, terapia y formación: educación emocional a través del ritmo

Music, therapy and formation: emotional education through rhythm

Recibido: 24-10-21
Aceptado: 13-01-22

Eduardo Agustín Eckhardt

Universidad de Turín
Turín, Italia
eck_ea@yahoo.com.ar

Resumen

El ritmo es la base de la vida, pues guía el equilibrio emocional, metabólico y funcional del cuerpo, la mente y el espíritu. Los estados emocionales que favorecen la disparidad de reacciones se desarrollan en situaciones de estrés, terror, exaltación, melancolía, placer profundo, alegría o ansiedad, afectando cada vez más a jóvenes y niños. La alternativa al desequilibrio es la respiración consciente, que pretende recuperar el equilibrio y el estado métrico funcional del cuerpo. Sin embargo, ¿qué ocurre con quienes no pueden atender en plenitud debido a su naturaleza? En este artículo se describen experiencias y ejercicios profesionales en educación no formal, rehabilitación y bienestar de personas con discapacidad, utilizando la música conducida por parámetros objetivos para estimular aspectos esenciales de la humanidad: emociones, imaginación y corporalidad.

Palabras clave: musicoterapia, educación especial, educación emocional, ritmo.

Abstract

Rhythm is the foundation of life, guiding emotional, metabolic, and functional balance of body, mind, and spirit. Emotional states that promote disparity in reactions develop in situations of stress, terror, exaltation, melancholy, deep pleasure, joy, or anxiety, increasingly affecting young people and children. The alternative to imbalance is conscious breathing, which aims to recover balance and functional metric state of the body. However, what happens to those who cannot attend in fullness due to their nature? This article discusses experiences and professional exercises in non-formal education, rehabilitation, and welfare of people with disabilities, using music driven by objective parameters to stimulate essential aspects of humanity: emotions, imagination, and corporeality.

Keywords: music therapy, special education, emotional education, rhythm.

Introducción

La música, observada por su cualidad dialéctica, representa un instrumento de proximidad y “común-uniión” (comunidad, en sentido etimológico). Sea desde su oferta didáctica, su práctica –amateur o profesional– o su asistencia curativa, quienes hacen música tienen en sus manos la responsabilidad de guiar a quienes acompañan por este mundo invisible de ilimitadas posibilidades. Estas primeras experiencias musicales deben estar nutridas de sensaciones capaces de crear significados emotivos. Son esos puentes los que dan forma a las emociones al lograr proyectar los más variados caminos de gustos, juicios y, ulteriormente, críticas estéticas. Desde su propuesta ontológica primitiva, la música inunda de ritmo los cuerpos, los iguala en frecuencia.

Muchos han sido los estudios que, en una perspectiva histórica o transdisciplinar, han abarcado uno o más aspectos del ritmo como elemento esencial dentro de la musicoterapia: desde los enfoques motrices/fisiológicos (Yao et al., 2021; Braun Janzen et al., 2021), pasando por la dimensión neurológica (Galińska, 2015; Thaut, McIntosh y Hoemberg, 2015), los aspectos psicológicos relacionados con las personas diversamente hábiles (Roth y Wisser, 2004; Bharathi et al., 2019), así como los procesos de aplicación de la musicoterapia en la educación especial (Lacarcel Moreno, 1995; Salamanca Herrero, 2003). Este último ámbito, sin menoscabo de los anteriores, presenta un gran espectro de posibilidades de “inter-acción” psicológica, emocional, social, educativa –humana, a fin de cuentas– con los participantes, convirtiéndose además en un campo de investigación y experimentación notable en la sociedad contemporánea.

Desde una perspectiva didáctica, pretendo narrar una experiencia que demuestra la importancia de una formación profesional adecuada y una vasta cultura musical como soporte fundamental del proceso por el cual se introduce un grupo de personas con discapacidad a la música en una terapia de bienestar focalizada en el mejoramiento de su calidad de vida. Dicha experiencia tiene lugar semanalmente en un centro de asistencia y discapacidad en la ciudad de Turín, Italia, con un grupo de estudio conformado por 12 pacientes pertenecientes al Centro Diurno con Núcleo Residencial Nocturno “Diecidedici” de la Cooperativa “Animazione Valdocco”. Entre las distintas condiciones presentes están el autismo; la parálisis cerebral; así como varios niveles de dificultades cognitivas, intelectuales y motrices, presentes en personas de entre 34 y 50 años de edad.

Pulso y respiración

Musicalmente, el pulso es aquel elemento que divide el tiempo en intervalos de igual duración, de forma regular y periódica (Sánchez Ramos, 2019). Referirnos a lo primitivo en este concepto es conducirnos al sentido

orgánico del ritmo en la vida. La respiración y los latidos gobiernan nuestro primer encuentro con un tipo de realidad métrica, medida, expresada por eventos regulares que suceden uno después de otro. Las pulsaciones reflejan la frecuencia cardíaca, así como el pulso estructura la construcción del tiempo en la música; ambos equilibran y dan sentido funcional a las estructuras que soportan. El pulso puede cambiar de velocidad, puede ser más lento o rápido, pero debe cumplir dos características fundamentales: regularidad y periodicidad.

Orientados desde una perspectiva de conciencia, reconocemos que tanto la respiración como los latidos son actos involuntarios que cotidianamente permanecen alejados de nuestra atención. No obstante, esa indiferencia, los latidos y la respiración son nuestras primeras y últimas manifestaciones de vida.

En todo Arte existe el principio de equilibrio. La Música no es excepción. En música, el principio de equilibrio se manifiesta en la definición de ritmo, que es, sustancialmente, tensión seguida de relajación, repetidamente. El ritmo es un agregado natural a la propia vida. La tensión está seguida por la relajación. Inhalamos, lo que demanda un esfuerzo; exhalamos, lo que es un proceso de relajación. El corazón bombea/descansa-bombea/descansa. (Green, 1957, p. 3)

La energía es un principio funcional con la potencia de obrar y surgir. Se manifiesta en el movimiento y se define como la capacidad de realizar un trabajo (Bueche, 2009). Estas expresiones suelen interpretar las causas que determinan una consecuencia y exhiben el porqué de las cosas, intentando definir el orden de las circunstancias en el universo y procurando el entendimiento científico. La energía como fundamento es un principio activo en todas las cosas con voluntad de devenir (Korn, 1949). Si bien la ciencia interpreta el infinito de causas por el que las cosas cambian y evolucionan, las bellas artes consideran la energía de las emociones como principio de manifestación. Un origen que, en movimiento, adquiere estructura y determina el cuerpo del afecto. Un origen que, en conciencia, exhibe el universo de nuestra voluntad. En esta reflexión nos permitimos hablar de universos externos e internos, considerando que estas realidades subjetivas se comunican a través del simple gesto de inhalar y exhalar.

La música, como sistema de representación natural y afectivo, ha incluido ciertos conceptos que determinan la agógica musical. En su conjunto, revelan el carácter y la velocidad de una obra; tanto, como si procuraran describir el proceso dinámico de la emoción que se intenta comunicar. Expresiones como *allegro* (alegre), *vivace* (vívido), *andante* (tranquilo), *moderato* (moderado), *largo* (lento), *adagio* (a gusto, con comodidad), *agitato* (agitado), *con fuoco* (con furia), *presto* (apresurado), son ejemplos de lo que ha significado la velocidad en la frecuencia de los pulsos en música.

Si entendemos por agógica un concepto anterior a la división metronómica del *tempo*, y recordamos que el metrónomo como instrumento de medición rítmica es posterior al 1800, podemos suponer que las indicaciones agógicas no solo procuran una mayor libertad en la interpretación subjetiva de aquello que indican, sino que son conceptos íntimamente ligados a la conciencia fisiológica de los estados afectivos y al cómo estos afectan la respiración y el ritmo cardíaco. Es natural suponer que una indicación como *presto agitato* intente sugerir una velocidad rápida al entender la aceleración de nuestros latidos cuando atravesamos un determinado estado de agitación.

Algunas obras musicales adecuadas en la regulación del pulso y la aplicación de la agógica musical en un tratamiento musicoterapéutico efectivas, según mi experiencia profesional, incluyen: *Andante cantabile y presto agitato para piano* (F. Mendelssohn); *Sonata para piano n. 14* (L. von Beethoven), y la *Sinfonía n. 41 "Júpiter"* (W. A. Mozart).

Asimismo, es menester recordar que la conciencia es un estado de atención orientado a identificar y reconocer las causas que motivan un afecto y cómo repercuten en el organismo. Observar de manera activa nuestra respiración permite entender el proceso metabólico del oxígeno cuando entra al cuerpo para ser transformado en dióxido de carbono y ser devuelto al mundo. Es aquí donde se comunican los aspectos internos y externos de la vida, en los gestos de lo que permitimos ingresar y emitimos al exterior. No es un razonamiento obvio: la respiración como símbolo nos predispone a un inicio, cualquiera fuere. Musicalmente, la respiración organiza la comunión de quienes participan del hecho acústico igualando en frecuencia el ritmo interno que gobierna el momento musical.

Respirar profundamente, visualizar el tránsito del aire por nuestro cuerpo y atender a los latidos del corazón es un principio necesario en la comprensión de lo que se refiere al ritmo.

Esta descripción expone el razonamiento con el que procede una práctica rítmica. Lejos de percibir las marchas, los aplausos o los bailes como ejercicios simples, la observación de estas experiencias con la perspectiva propuesta involucra las capacidades perceptivas, cognitivas, emocionales y motrices de los participantes, sugiriendo, además, una breve teorización del proceso orgánico por el que es manifestado el ritmo. Estos saberes son fundamentales durante el ejercicio rítmico; permiten al docente empatizar con las dificultades del proceso al reconocer los fundamentos del equilibrio que no logran exteriorizarse.

Discapacidad, la constante evolución de un significado sin nombre

Como se lee en la "Convención Internacional sobre los Derechos de las Personas con Discapacidad" de la Organización de las Naciones Unidas (ONU), "la discapacidad

es aquella condición bajo la cual ciertas personas presentan alguna deficiencia física, intelectual o sensorial (entre otras) que, a corto o a largo plazo, afectan la forma de interactuar y participar plenamente en la sociedad" (ONU, 2006, p. 4). En este mismo orden de ideas, es importante resaltar lo que sigue:

La discapacidad es una realidad humana que ha sido percibida de manera diferente en diferentes períodos históricos y civilizaciones. La visión que le fue dada a lo largo del siglo XX estaba relacionada con una condición física considerada como deteriorada respecto del estándar general de un individuo o de su grupo. El término, originado luego de la Segunda guerra mundial, se refiere al funcionamiento individual e incluye discapacidad física, discapacidad sensorial, discapacidad cognitiva, discapacidad intelectual, enfermedad mental y varios tipos de enfermedades crónicas (La batalla de los discapacitados por sus derechos en el mundo, 07 de julio de 2016).

Aunque "individuo con discapacidad" sea la acepción considerada correcta actualmente, quisiera permitirme algunos comentarios al respecto. Aún no existe una palabra que logre definir o admitir el prodigio de lo distinto o lo distinto como algo prodigioso. Discapacidad (deficiencia), minusvalía (de menor valor) e invalidez (no válido) son acuerdos que no reconocen la virtud de lo diferente. La discapacidad es una condición que no disminuye el valor de las personas que la transitan, aunque históricamente los términos relativos hayan sido utilizados de manera peyorativa.

Sin dejar de lado este problema semántico, también debemos tener en cuenta que caracterizar es plantear una propuesta de identidad resultante en la independencia del sujeto respecto del concepto a él asociado. Las personas, como tales, compartimos una serie de características que nos permiten comprender la energía que el acuerdo lingüístico sugiere. Sin embargo, trascender el concepto implica evaluar las condiciones que le garantizan singularidad y distinción. Sabemos, pues, que raciocinio, inteligencia, voluntad y sensibilidad son aspectos típicos de la humanidad inherentes a todas las personas (Pérez Porto y Gardey, 2021).

Este acuerdo común adquiere peculiaridad a través de las condiciones que lo vuelven exclusivo. En este sentido, raza, credo, género, orientación sexual, preferencias políticas, lugar de procedencia, naturaleza, edad, son particularidades intransferibles que especifican a un sujeto, confiéndole unicidad y otorgándole identidad. Por esto, definiendo la idea de que las personas con discapacidad se distinguen del resto solo porque entre sus cualidades no está la de camuflarse en su entorno, esconderse en una multitud, parecerse a alguien más.

Seguramente aquellas condiciones que dificultan el tránsito de estas personas por caminos expresivos más

comunes les permiten asistir entusiastas y afanosos al encuentro con sus emociones. La musicoterapia y las terapias artísticas en general procuran acercarnos a lo distinto porque el lenguaje de las emociones no es ajeno a la discapacidad, pero resulta increíblemente extraño a la "norma-lidad". Así como activamos una alternativa efectiva de comunicación al permitirnos asignar valor solidario y democrático al aprendizaje del lenguaje de señas, deberíamos comprender que las artes operan de igual modo.

No se trata de deshacer una condición, sino de considerar lo distinto como posibilidad y apreciarlo desde sus cualidades únicas. Las terapias que asisten estas condiciones tratan de revertir o mejorar una situación vinculada con la calidad de vida del individuo, no con la incomodidad que su presencia le signifique al contexto. Es un imperativo educativo procurar los espacios donde lo diferente sea contemplado como realidad y existencia, como posibilidad y alternativa.

Esta aclaración es necesaria porque la multidimensionalidad de las personas (Savater, 2006), en tanto que substancia de un ser compuesto y complejo, reconoce que el espíritu, la mente o el cuerpo constituyen en sí mismos un parámetro de humanidad. Además, es importante hablar de discapacidad en cuanto cuerpo o mente, porque la disfuncionalidad de un cuerpo o de una mente difícilmente logre interferir con la evolución del espíritu. Urge encontrar los canales que nos permitan explorar el mundo de las emociones, manifestaciones sensibles a través de las cuales conectar con nuestra humanidad.

¿No estará allí la diferencia esencial entre la música y el resto de las artes, en que estas se muestran accesibles a otros sentidos aparte del alma? ¿No radicará en eso, acaso, su superioridad espiritual haciéndonos calibrar mejor el tiempo humano respecto a la eternidad? (Deschaussées, 1991, p. 22)

La oferta de lamentaciones, tragedias, decepciones, ausencias, carencias, desgracias, lucha, corrupción, hambre, es la propuesta cotidiana que alimenta la apatía, la indiferencia, la fatiga. Esta promoción masiva, que exhibe el dolor como única opción, descarta la necesidad de opuestos para procurar el equilibrio. Si bien atravesar estadios emocionales de pena y angustia es requerido en una comprensión afectiva saludable, nutrir nuestra mente solo de emociones negativas la sumerge en nostalgia y tristeza. En este escenario, la búsqueda de belleza es una necesidad que, de brindar una experiencia estética positiva, puede significar lo sublime.

Inercia y *mindfulness*

La inercia en la música, según Martínez, Valles y Tanco (2012), es "la tendencia de un patrón percibido que conduce nuestra expectación a que dicho patrón continúe".

Ampliando esta premisa, me permito sugerir: la inercia es el estado de consonancia que logran nuestras emociones con la propuesta que la acústica sugiere, gracias a la antedicha expectación, haciendo resonar nuestro cuerpo en frecuencia y movimiento con la estimulación rítmica experimentada. En este sentido, frecuencia y movimiento son condiciones del proceder cíclico del ritmo, tal como insinúa Zorrilla (2018).

Sin embargo, aquello que sucede en el ejercicio de imaginar e interpretar es el reconocimiento de eventos musicales que suscitan una respuesta emocional. Yo los llamo "momentos de universo"; son esos instantes del discurso artístico en los que la energía del hecho estético se transfiere y adquiere significado afectivo siendo estructurada por un código distinto al de origen. Lograr identificar la ira, la alegría, la pasión o virtud en un acabado artístico y permitirnos conmovernos con la propuesta sensible es un "momento de universo". La universalidad afectiva reconoce la singularidad en el sentir y la intensidad con la cual se transitan los estados emocionales, pero la comprensión de aquello que tristeza o gozo suponen de manera consciente, nos hace susceptibles de percibir "momentos de universo" más frecuentemente.

Las actividades rítmicas en grupo tienden a entrelazar las frecuencias individuales de los participantes localizando puntos (momentos) de encuentro. En el contexto de la educación especial, esos puntos suceden muy alejados del inicio de la actividad. Hay que permitir que la inercia actúe. Seguramente, la conducción de la actividad deberá trabajar con los agentes externos: familiares o acompañantes. Comprender la dinámica del ejercicio es necesario para albergar expectativas sanas acordes a los resultados que se espera obtener. Es importante reconocer que, en personas con condiciones cognitivas diferentes, la paciencia es la guía. Asimismo, la música como terapia debe ser conducida por un profesional a fin de construir hábitos cotidianos relevantes dentro de las diversas circunstancias en que estas personas se desenvuelven.

Luego de algunas semanas utilizando referencias musicales específicas, los patrones propuestos comenzaron a ejercer la inercia; el tiempo de acción común (de coordinación) empezó a acortarse significativamente. Esto nos permitió comprobar (a todos los asistentes terapéuticos y enfermeros) que estas personas lograban seguir un tipo de instrucción cada vez más específica y compleja en un marco temporal más restringido. Aquello que antes debíamos repetir, quizás, unas treinta veces antes de encontrarnos en alguno de los puntos de referencia, comenzaba a suceder luego de tan solo cuatro o cinco repeticiones.

Una sesión de musicoterapia se organiza en distintos momentos que propician espacios para ejercicios lúdicos, de improvisación, específicos de atención y específicos de movilidad. Las actividades se diseñan según los objetivos terapéuticos o de bienestar, de desarrollo cognitivo o perceptivo. A modo ilustrativo, comparto el repertorio musical a través del cual trabajo con este grupo de personas:

a) Encuentro y preparación. De Philip Glass, *Aguas da Amazonia n. 1, Madeira River*. La cualidad repetitiva de la obra, factor predominante en el estilo minimalista de Glass, promueve un estado de trance –o mantra– ideal para la intervención. En este primer momento, el ejercicio inicia recordando a quienes nos acompañan, a quienes intervendrán durante la jornada y a quienes no están, también. Los minutos iniciales son ocupados en respirar profundamente hasta lograr un instante de comunión rítmica. Al principio de un ciclo de terapia como este, se ocupa todo el espacio musical solo en buscar la sincronización. Luego de los primeros minutos, además, se preparan y calientan nuestros cuerpos para disponerlos a las siguientes actividades a través de ejercicios de estiramiento y flexibilidad.

b) Improvisación. De John Psathas, *View from Olympus n. 2, to Yelasto Paidi*. La composición se desarrolla instrumentalmente por un piano y distintos elementos percusivos. En un comienzo, la dimensión rítmica no es clara porque el objetivo de la propuesta es romper con el patrón de regularidad y periodicidad. Esto permite que el grupo, previamente provisto de pequeñas percusiones, pueda intervenir en el momento que crea conveniente. Así, ningún evento sonoro producido aleatoriamente puede resultar extraño. Es importante permitir que el grupo participe de la performance musical sin percibir que su colaboración afecta el resultado estético de la pieza. Durante esta práctica, al inicio, los participantes tañían sus instrumentos en modo no ordenado, como resultado de la euforia de tener un objeto sonoro desconocido por primera vez entre las manos. Al pasar algunas semanas, el caos se fue disipando en la medida en que aumentaba la atención, hasta comprender que el timbre de cada instrumento incidía de modo particular y único en el resultado musical. Hoy, esta experimentación les permite ser conscientes de la espera de un gesto habilitante para “tocar”.

c) Coordinación y movilidad. De Daft Punk con Pharrell Williams, *Lose Yourself to Dance*; y de The Pointer Sisters, *I'm so Excited*. El ritmo es muy marcado en estas canciones y, a estas alturas del laboratorio, la inercia es automática. En este momento, la gimnasia rítmica cumple una función coordinativa; tanto, como en una sesión de gimnasia aeróbica o en un trabajo que supone una labor física y repetitiva. Distintos ejercicios acompañan esta fase en la que los participantes deben bailar o permanecer inmóviles. Al inicio, el grupo debía ser conducido en cada momento; ahora logran entender el ritmo en su estructura formal: el compás musical. Contar en voz alta ayuda a reconocer los patrones rítmicos en los que la música se agrupa, pudiendo discriminar momentos para bailar o permanecer inmóviles. Se añaden también palmas o instrumentos de percusión con los que pueden intervenir según sus posibilidades.

d) Percepción. De Eric Whitacre, *When David Heard*. La música coral es de gran importancia para sugerir la posibilidad de que el cuerpo es suficiente en la exploración

sonora. Esta obra en particular es un instante precioso de nuestras jornadas por las atmósferas que logra representar. Sirve además como un recurso natural para calmar las descargas de energía que supone el momento anterior. Entre miradas profundas y silencio, estas personas sugieren gestos de absoluta conexión con el hecho musical. Muchos de ellos no se comunican con palabras, pero durante el instante coral intentan participar emitiendo sonidos de distinta duración. Me atrevo a pensar que son instantes de profunda consonancia afectiva.

e) Relajación y cierre. De Marin Marais, *Les Voix Humaines*. Esta composición para viola da gamba, de origen francés, intenta recrear los instantes de respiración que los intérpretes se permiten al cantar. De profunda sugestión, la obra acompaña un último instante de relajación fisiológica y psicológica de los participantes y la despedida del grupo.

La relevancia de tales ejercicios es el reconocimiento auditivo logrado a través de la repetición. Los tiempos en los que se consigue percibir son, quizás, más dilatados. Quien conduce con paciencia estas actividades, encuentra con fascinación la utilidad de la inercia como recurso teleológico. El secreto está en intentar una y otra vez, porque en algún momento sucederá. La observación consciente de nuestro organismo es un ejercicio inexplorado por la educación occidental. Disciplinas como la meditación y conceptos como *mindfulness* han adquirido protagonismo durante las últimas décadas al referirse a la atención o conciencia plenas (Vásquez-Dextre, 2016). Podemos definir *mindfulness* como la capacidad humana, universal y básica, de ser conscientes de los contenidos de la mente momento a momento (Simón, 2017). Esto tiene gran potencialidad y aplicabilidad en el desarrollo de los procesos de la musicoterapia en contextos de rehabilitación o bienestar de personas con discapacidad, como en las experiencias narradas en esta reflexión.

La cuestión del *mindfulness*, en todo caso, se relaciona con la pregunta inicial de este trabajo: ¿qué sucede con aquellos que no pueden atender en plenitud, porque su naturaleza no contempla esta posibilidad? La musicoterapia asume los elementos del código musical como instrumentos de asistencia externa. Básicamente, la inercia rítmica, como propuesta, promueve el estado de equilibrio asistido por sistemas musicales periódicos y regulares. La percepción del ritmo musical subsana la falta de atención sobre el ritmo interno.

Los ejemplos musicales son el resultado de una selección no arbitraria: responden a un proceso de “guía a la audición” donde se intentó dilatar los espectros de atención a los que estas personas estaban acostumbradas. No resulta un detalle menor, porque la duración de las composiciones oscila entre los 4 y 17 minutos. Al ser, musicalmente, obras de una complejidad compositiva, como el caso de *When David Heard*; de una sencillez esencial y suficiente, *Les Voix Humaines*; o de incidencia popular, como *Daft Punk*, procuro, en cada sesión dedicar un espacio a una audición novedosa. Si bien el repertorio de los ejercicios es siempre

el mismo, para que la inercia sea, además, perceptiva, al menos durante 15 minutos se escucha música totalmente nueva para ellos. Esta decisión no tiene que ver con negar placeres, gustos previos o manifestaciones culturales propias o de identidad, sino con la permeabilidad y flexibilidad de tolerancia y de la capacidad de aceptar lo diverso.

Didáctica y creatividad

“La conducta imitativa automática de las neuronas asume inmediatamente interés para la pedagogía musical, al momento en que refleja la importancia de contar con un docente que pueda demostrar cómo se hace” (Schöm, Akiva-Kabiri y Vecchi, 2018, p. 23). Entender cómo ritmo, melodía y armonía se relacionan durante el hecho musical, nos otorga ventaja por comprender nuestro dominio de un lenguaje universal. Un tipo de lenguaje con recursos suficientes para representar una circunstancia e imprimir emotivamente la energía que significa una noción, un conocimiento. La música programática, por ejemplo, intenta describir acústicamente una escena, un paisaje, un poema, una circunstancia.

Si yo enseñara geografía, ¿cómo no dramatizar las costas y acantilados de Escocia con la obertura de Mendelssohn *Las Grutas de Fingal*?; o si de historia se tratase, ¿cómo no significar el genocidio napoleónico con la *Sinfonía Heróica* de Beethoven? O contar incluso los horrores de la guerra con las sinfonías de Shostakovich. ¿Cómo hablar de esclavitud o algodón sin mencionar el góspel y cómo no contar la organización de la actividad manual por el ritmo que las dolientes canciones motivaban? ¿Cómo apoyar la educación emocional sin el *Carnaval de los Animales* de Saint Saëns?

Por diversión, por compasión, por compromiso y entrega. La música, nuevamente, es un recurso inagotable que inspiró genios y prodigios, que acompañó dichas y sufrimientos. Su capacidad conmovedora es su fortaleza: promover el movimiento; primero desde el corazón, luego por nuestro cuerpo, finalmente por nuestro intelecto. Es muy importante comprender que la música adquiere cuerpo a través del sonido, se eleva espiritualmente por los afectos y se manifiesta intelectualmente en nuestra capacidad de comprender y expresar su mensaje.

Consideraciones finales

En su cualidad dialéctica, la música es un lenguaje universal. Todas las voluntades parecen resonar a los estímulos que la música ofrece. Como recurso didáctico, el código musical se presenta como una alternativa infinita que favorece el aprendizaje. Desde memorizar datos con melodías, hasta igualar las frecuencias de nuestro corazón y de nuestras respiraciones, la música fomenta el ejercicio cognitivo estimulándolo desde el desarrollo emocional.

Reconocer y apropiarnos de los elementos que

estructuran un código permite una comunicación fluida y efectiva. Sin sugerir una formación musical profesional, me permito alentar a los docentes a una búsqueda de opciones asequibles. La actividad rítmica puede auspiciarse en cualquier ámbito: es importante involucrar a las familias en estas estrategias para que la práctica sea sostenida, habitual y sostenible. El ritmo es una consecuencia natural de la vida, se manifiesta en casi cualquier hecho cotidiano: leer en voz alta, separar en sílabas, marchar o aplaudir durante esa lectura, bailar, cantar, incluso caminar puede resultar en un ejercicio rítmico si la iniciativa atiende velocidades de frecuencia diferentes; la percepción auditiva es el recurso principal por el cual el ritmo inunda nuestro cuerpo.

La percepción, en sí misma, es la cualidad primordial con la que transitamos la vida. Los cinco sentidos son herramientas fundamentales en ese tránsito que posibilitan una perspectiva integral de la realidad y de las experiencias. Nuestra capacidad cognitiva traduce los estímulos percibidos del exterior y los codifica en sensaciones. La aspereza de una roca, el filo de una laja, el dulzor de la miel o el escándalo del bullicio son categorías que utilizamos para referirnos a sensaciones intrasferibles pero que representan un tipo de energía que todos comprendemos.

La educación especial crea alternativas de aprendizaje que intentan guiar la exploración sensorial. El conocimiento resulta de un proceso reflexivo sobre las experiencias que se viven, reconociendo una conciencia temporal que, en muchas de estas condiciones de discapacidad, no se logra. Recorrer un presente en continuación hace de la inercia y la repetición ejercicios necesarios para promover la regularidad en percepciones que parecen no contemplar el recuerdo como recurso. Para esto, el ritmo como propuesta didáctica no intenta reemplazar un proceso de conciencia por un proceso mecánico iterativo, pero alimenta la satisfacción y la motivación de quienes participan del hecho, demostrando que son capaces.

Referencias

- Bharathi, G., Jayaramayya, K., Balasubramanian, V., y Vellingiri, B. (2019). The potential role of rhythmic entrainment and music therapy intervention for individuals with autism spectrum disorders. *Journal of exercise rehabilitation*, 15(2), 180-186. <https://doi.org/10.12965/jer.1836578.289>
- Braun Janzen, T., Koshimori, Y., Richard, N. M., y Thaut, M. H. (2021). Rhythm and Music-Based Interventions in Motor Rehabilitation: Current Evidence and Future Perspectives. *Frontiers in Human Neuroscience*, 15, 789467. <https://doi.org/10.3389/fnhum.2021.789467>
- Bueche, F. (2009). *Ciencias físicas*. Barcelona: Reverté.
- Deschaussées, M. (1991). *El intérprete y la música*. Ediciones Rialp.
- Galińska, E. (2015). Music therapy in neurological

rehabilitation settings. *Psychiatry Polska*, 49(4), 835-846. <https://doi.org/10.12740/PP/25557>

Green, E. A. H. (1957). *Orchestral Bowings and Routines*. Ann Arbor: Ann Arbor Publishers.

Korn, A. (1949). *Obras completas. Presentadas por Francisco Romero*. Buenos Aires: Editorial Claridad.

La batalla de los discapacitados por sus derechos en el mundo (07 de julio de 2016). Compromiso RSE. Disponible en: <https://www.compromisorse.com/rse/2016/07/01/la-batalla-de-los-discapacitados-por-sus-derechos-en-el-mundo/>

Lacarcel Moreno, J. (1995). *Musicoterapia en Educación Especial*. Murcia: Universidad de Murcia.

Martínez, I. C., Valles, M., y Tanco, M. (2012, octubre). La Audición de la Música como Forma Sónica en Movimiento. Conflictos cinéticos y energéticos entre superficie y estructura. *II Seminario sobre adquisición y desarrollo del lenguaje musical en la enseñanza formal de la música*. Buenos Aires. Disponible en: <https://www.aacademica.org/martinez.isabel.cecilia/114>

Organización de las Naciones Unidas (ONU) (2006). *Convención Internacional sobre los Derechos de las Personas con Discapacidad*. Nueva York.

Pérez Porto, J., y Gardey, A. *Persona - Qué es, en el derecho, definición y concepto*. Disponible en: <https://definicion.de/persona/>

Roth, E. A., y Wisser, S. (2004). Music therapy: The rhythm of recovery. *The Case Manager*, 15(3), 52-56. <https://doi.org/10.1016/j.casemgr.2004.03.004>

Salamanca Herrero, D. (2003). Musicoterapia en Educación Especial. *Pulso: Revista de Educación*, 26, 129-141.

Sánchez Ramos, M. V. (2019). *Expresión y comunicación*. Madrid: Editorial Editex.

Savater, F. (2006). *Fabricar humanidad*. Revista PRELAC, 2, p. 26-29.

Schön, D., Akiva-Kabiri, L. y Vecchi, T. (2018). *Psicología della musica*. Roma: Carocci editore.

Simón, V. (2017). *El corazón del mindfulness: la consciencia amable*. Barcelona: Sello Editorial.

Thaut, M. H., McIntosh, G. C., y Hoemberg, V. (2015). Neurobiological foundations of neurologic music therapy: rhythmic entrainment and the motor system. *Frontiers in Psychology*, 5. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2014.01185>

Vásquez-Dextre, E. R. (2016). Mindfulness: Conceptos generales, psicoterapia y aplicaciones clínicas. *Revista de Neuro-Psiquiatría*, 79(1), 42-51.

Yao, W., Wei-Yi, P., Fei, L., Jun-Sheng, G., Xian, Z., Xun L., Yu-Long, W. (2021). *Effect of Rhythm of Music Therapy on Gait in Patients with Stroke*. *Journal of Stroke and Cerebrovascular Diseases*, 30(3), 105544. <https://doi.org/10.1016/j.jstrokecerebrovasdis.2020.105544>

Zorrilla, A. (2018, 30 de enero). Tiempo, forma y movimiento. Una idea pre-platónica del ritmo. *Rhuthmos*. Disponible en: <https://www.rhuthmos.eu/spip.php?article2146>