

Título: *“La música amansa a las fieras”*.

Autor: **Adriano López, Profesor Emérito de la UCA**

Se trata de ofrecer una mirada panorámica sobre un tema poco frecuentado, elaborado por un buen aficionado pero poco técnico en la música. Procuraré usar un lenguaje coloquial, universal para todos, hablando de las emociones, tristezas y alegrías que puede producirnos la música, y lo mínimo profesional posible.

Todos nos hemos sentido diferentes escuchando nuestra melodía preferida o totalmente aislados del mundo que nos rodea mientras nos deleitamos con una buena música. Es tan grande la influencia de la música sobre los seres vivos que parece demostrado que escuchar melodías agradables no solo modifica nuestro estado de ánimo, sino que puede tener una influencia muy positiva en el desarrollo cognitivo humano, en el estímulo de nuestra inteligencia e incluso en la salud (*“quien canta su mal espanta”*). Rebaja el estrés. Calma el dolor y mejora la inmunidad (aumentando endorfinas y citoquinas). Y puede aliviar las penas (*“por eso canto mi canto, cantando mi pena alivio”*, dice el músico y poeta peruano N. Santa Cruz).

También se ha sabido que el conocimiento musical se procesa globalmente en varias partes del cerebro, estructuras que estudiadas por PET (tomografía de emisión de positrones) con estímulos musicales, mostraron una increíble actividad, no solo en las áreas de procesamiento del sonido y del lenguaje, sino incluso en centros ajenos, como los destinados a la visión. El poder evocador de las melodías es prácticamente total: estimula la imaginación visual, el entorno lingüístico, la memoria, etc. Por otra parte, la música se ha utilizado tanto para potenciar la tranquilidad, sedar, relajar o dormir, como para despertar, estimular, y hasta llevarnos a la agresividad. La música se puede emplear con éxito reconocido lo mismos en ceremonias religiosas, que para divertirse, deleitarse, aislarse, concentrarse, o en relación con el acto amoroso. Es tan transcendente que además del lenguaje, la capacidad para disfrutar de la música es una de las pocas habilidades que nos diferencian del resto de los animales.

El uso de la música ha sido un recurso habitual de los sanadores de todos los tiempos. Si se considerara la única música posible con efecto beneficioso, a la compuesta por Mozart, como se ha querido afirmar, los chamanes de todas las

civilizaciones vivieron de falsas ilusiones durante cientos de generaciones. Pero las características peculiares de nuestra sociedad, han hecho resurgir determinados tratamientos, a veces singulares y hasta sorprendentes. No me refiero a las llamadas medicinas complementarias o alternativas, como la acupuntura o la homeopatía. Me refiero a que somos tan “noveleros” que en los últimos tiempos se han intentado incorporar curiosos procedimientos terapéuticos, como la “cromoterapia” (uso de los colores), “luminoterapia” (uso de la luz), “aromaterapia” (uso de los olores), “equinoterapia” (contacto con caballos). De estas últimas debo destacar, sin dudas, la musicoterapia, el uso de la música buscando el bienestar. Precisamente las relaciones entre música y bienestar se han convertido en una fértil fuente de investigaciones, y gracias a ellas, poco a poco comenzamos a tener respuesta a preguntas seculares. Así, hoy día la investigación sobre la musicoterapia se realiza en todas las edades y variadas enfermedades conocidas, tales como autismo, niños con problemas de conducta, traumatismos de cráneo complicados, en infartos cerebrales con afasia (con dificultades de lenguaje) y con amusia (con problemas para procesar la música), Alzheimer, Parkinson, en enfermos sometidos a quimioterapia y en terminales. Estos estudios demuestran que la música ayuda a ganar control sobre el ritmo de caminar, estimula la memoria, incrementa la autoestima, ayuda a formar nuevas relaciones sociales, y se puede utilizar como método de contacto con la realidad.

**Pero**, dejando a un lado las enfermedades, si miramos a nuestro alrededor podemos darnos cuenta que la música está muy cerca y hasta forma parte de los seres humanos y de la naturaleza. Precisamente sus componentes básicos, como ritmo, melodía y armonía, los tenemos con nosotros. Es posible que la música remedie lejanamente las organizaciones de ritmos internos de nuestro cuerpo, como el latido del corazón, el tempo de la respiración, la sincronización rítmica al caminar, la sonoridad vocal de las palabras, el volumen y la melodía de nuestras voces. Es evidente. Por otra parte, ya Aristóteles entendió claramente que no solo eran los sonidos naturales los que podían influir en el ser humano, como el susurro del aire en el pinar, el soplo del viento, el pío de los pájaros, el sonido de la lluvia, de la cascada y de las olas del mar, el cantar de los gallos al amanecer, los conciertos nocturnos de los grillos y los grandes silencios del atardecer en el campo, todos posibles motivos de inspiración, sino que los sonidos armónicos, lo que hoy conocemos como la música, eran mucho más poderosos para influir en el carácter y en la conducta de los hombres.

Incluso el médico francés Albert Tomatis, el gran valedor de las cualidades terapéuticas excepcionales de la música de Mozart, hace más 40 años, escribió un libro: *Pourquoi Mozart?*, en el que aparte innumerables pacientes favorecidos, cuenta experiencias sorprendentes realizadas en un Monasterio de Bretaña, con vacas que escuchando sinfonías del gran maestro aumentaron notablemente la producción de leche. Y otras experiencias similares se hicieron con vegetales en Canadá, donde constataron mejorar el crecimiento y vitalidad de las plantas.

Me parece más real comentar que las notas musicales, tocadas de diferentes maneras afectan a los estados de ánimo, controlan las conductas y pueden ayudar al bienestar de los seres humanos. Quizás una de las investigaciones más curiosas llevó al descubrimiento de que la música es percibida por esa porción del cerebro que recibe el estímulo de las emociones, las sensaciones y los sentimientos, sin que entren en juego los centros cerebrales superiores, de la razón y la inteligencia. Se puede percibir y apreciar la música aun sin la intervención necesaria de los centros cerebrales superiores. Se explica así que la reacción musical sea considerable aunque el que la escucha no esté prestando mucha atención, o que determinados efectos sugeridores de algunas músicas pueden sorprendernos por no estar protegidos por la conciencia. Por este camino facilitador, algunos moralistas atribuyen al “*rock and roll*”, implicaciones morales indeseables con influencias de estímulo sexual, y hasta satánicas.

Se ha comprobado mediante técnicas avanzadas el efecto de los sonidos musicales, en el desarrollo del niño cuando está en el seno materno. Con madres escuchando música melódica, se producen movimientos lentos del niño y ninguna alteración de sus constantes; por el contrario, la música rock provocaba movimientos irregulares y aumento de la frecuencia cardíaca. Sabemos también que los pequeños se muestran familiarizados con canciones que han escuchado dentro del vientre materno y que su memoria de estos acontecimientos puede durar hasta un año. Y también que los bebés de apenas unos meses de edad son capaces de reconocer las melodías de una nana que les canta habitualmente su madre aunque se les cambie la clave y el tono. Porque la nana es un remanso de paz para el recién nacido.

La música se consideró siempre como un excelente método para desarrollar el carácter y la educación de los niños, para elevar la autoestima y evitar posiciones tendentes a la tristeza en los mismos. Incluso sirvió para enseñar matemáticas (creo que muchos aprendimos cantando las tablas de multiplicar). A estas alturas todos

sabemos el efecto tan contrario que tiene una música suave, melodiosa, en relación con otra ruidosa, rítmica o “bacaladera”: la música suave puede inducir a la concordia y al relax, mientras la otra genera movimiento, entusiasmo y a veces, seguramente con cierta dependencia personal y circunstancial, hasta agresividad.

Parece que la esencia de los sentimientos humanos puede reflejarse en toda la escala musical, y así mientras el *bemol* es el signo musical más expresivo del dolor, el *sostenido* presenta la frecuencia mas clara de la alegría. Para algunos, la escala de *do mayor* es noble y franca; la de *re mayor*, brillante; la de *sol*, guerrera y briosa; la de *do menor*, patética; y más triste aún las de *fa* y *sol menor*. Se dice también que se toca la música de Mozart, con pena del corazón; la de Mendelshon con pasión; y con placer la de Haydn (el austriaco que en 1785 ganó, con *Las siete palabras* el concurso convocado por el Cabildo de la Catedral de Cádiz, que podemos oír todos los años en la Santa Cueva). Según algunos musicólogos los clásicos con más poder de sugestión son Mozart, Bach y Vivaldi.

La música se emplea bajo tres parámetros: Cadencia o ritmo; frecuencia o posición en el pentagrama; e intensidad o volumen, preponderante sobre los anteriores por los potentes equipos de sonido actualmente utilizados. Así, teniéndolos en cuenta, podemos considerar sus correspondientes EFECTOS:

### 1.- Notas agudas a bajo volumen:

Las producen el violín, el clarinete, el arpa, la guitarra clásica, la parte derecha del piano. En nuestro alrededor: el canto de los pájaros, de los grillos y los juegos de un niño pequeño. Efectos: son agradables, nos invitar a despertarnos con suavidad, nos alegran y nos predisponen al trabajo, son antidepresivas y proporcionan felicidad.

### 2.- Notas agudas a alto volumen:

Las producen la guitarra eléctrica, la trompeta y los platillos de la batería. En nuestros alrededor: el trompetín de órdenes del ejército, las sirenas de la policía o de las ambulancias; el grito de un niño pidiendo socorro mueve a la acción mientras el chirriar de un coche frenando nos suele producir pánico. Efectos: constituyen una llamada de alerta, una nota de atención vigorosa; nos despierta con rapidez, puede actuar sobre grupos de gentes y obligarnos a actuar como no lo haríamos en estado de tranquilidad.

### 3.- Notas agudas a alto volumen y muy rápidas:

Las producen la batería, la guitarra eléctrica y los solistas de música rock. En nuestro alrededor: la caída del agua de una gran cascada, el desbordamiento de un

río, una plaga de langostas. Efectos: son las que más rápidamente influyen en las personas; invitan al movimiento corporal y nos predisponen a mezclarnos con la gente, y casi nos obliga a seguir una dirección determinada. Mejora la apatía, la debilidad de carácter y los complejos. Irritantes del sistema nervioso, hasta puede llegar a descontrolarnos; aumentan la agresividad y perjudican las relaciones sociales íntimas y personalizadas.

#### 4.- Notas graves a bajo volumen:

Las producen el contrabajo, el oboe y el violonchelo. A nuestro alrededor: el silencio de la noche, el vibrar del campo, el movimiento de las olas. Efectos: son las notas más sedantes, las que nos motivan a movernos con lentitud, con paciencia y las que nos invitan a la reflexión. Pueden calmar rápidamente a grupos de personas discrepantes, provocar el sueño de un niño inquieto y producir relajación muscular y nerviosa rápida y eficaz.

#### 5.- Notas graves a fuerte volumen:

Las producen los timbales, el saxo y el trombón. A nuestro alrededor: el trueno, una explosión, las avalanchas de tierra y nieve, movimientos sísmicos, el mugir de un animal salvaje; un tornado o un maremoto. Efectos: son notas intimidatorias, que obligan a detenerse ante la percepción de peligro. Nos producen miedo, o al menos prudencia y nos invitan a movernos con extrema lentitud. Se emplean para infundir pánico y para obligar a una reflexión inmediata a personas muy agresivas.

Y algo práctico. Más no cabe. Son indicaciones sorprendentes, como verdaderas recetas médicas para tratar determinadas situaciones, pero no de médico, sino de un aficionado con bibliografía, para curiosos amigos de la música:

Para la ansiedad: *El concierto de Aranjuez* de Joaquín Rodrigo. O *Las cuatro Estaciones* de Vivaldi.

Para la depresión: *Concierto para piano n°03* de Rachmaninov. *Música acuática* de Haendel. *Concierto para violín* de Beethoven. *Sinfonía n° 8* de Dvorak.

Para el insomnio: *Preludio para la siesta de un Fauno* de Debussy. *Nocturnos (op. 9 n° 3; op. 15 n° 22; op. 32 n° 1; op. 62 n° 1)* de Chopin.

Incluso para el dolor de cabeza: *La canción de primavera* de Mendelsohn. *Sueño de Amor* de Listz. O la *Serenata* de Schubert.

La música es un arte, es una ciencia, y es una disciplina natural. Y nadie puede negar que el ser humano es esencialmente musical y que ese prodigioso lenguaje de notas y ritmos, que ha ideado la especie forma parte de nuestra naturaleza.

Y.... además amansa a las fieras. Un miembro “joven” (como todos) del Consejo de Edad de nuestra Facultad, con la debida autorización de Feli, nuestra decana, de safari por la selva, se encuentra con una manada de leones. Toma el rifle, apunta, dispara, y nada. Dispara de nuevo y nada, se la había encasquillado el arma: así que el jefe de la manada de los leones se dirige hacia él para matarlo. El colega, desesperadamente saca una flauta y se pone a tocar una melodía (sabía que las música amansa a las fieras). Todo va bien, el jefe se para y se echa al suelo, junto al resto de la manada. Estaban escuchando la melodía y se habían amansado. De pronto, se levanta un león y avanza pausadamente hacia el cazador. Este soplabla la flauta con más fuerza. El león impertérrito avanzaba y..... ZAS, SE LO COMIÓ DE UN BOCADO.

Y a continuación una voz de la manada exclamó: ¡CÁSPITA!, ¡OTRA VEZ NOS HA JODIDO EL CONCIERTO EL SORDO!

De modo que, queridos amigos, ¡mucho cuidado con el sordo!

Cádiz, 2006-12-28