



Universidad de Chile
Facultad de Ciencias Sociales
Departamento de Psicología

POTENCIALIDADES DEL CANTO PARA SER UTILIZADO EN
PSICOTERAPIA TRANSPERSONAL

Memoria para optar al título de Psicóloga

Autora: Stephanie Omarita Parada Ordenes

Profesor Patrocinante: Dra. Laura Moncada Arroyo

Santiago - Chile

2013

AGRADECIMIENTOS

En primer lugar agradezco al universo por ponerme en este camino. Gracias porque pude conocer el canto desde muy niña, en-cantándome con él a muy corta edad; también porque ha sido una parte constitutiva de mi Ser y me ha permitido conectarme con el amor profundo que hay en mí.

Agradezco a mis padres, porque han sido una pieza fundamental en este camino, puesto que me brindaron las condiciones, junto al resto de mi familia, para poder conectarme con el canto. Gracias Abuelita Lucy, porque probablemente de ti aprendí – cuando te veía de niña–, la hermosa magia que experienciabas y transmitías al cantar. Gracias también a mis hermanitas Bonny y Katherine, porque su apoyo y amor incondicional han sido una pilar esencial en este proceso.

A su vez, agradezco a Dios, porque este amor por el canto me permitió realizar esta memoria con mucho cariño y poder conectarme cada minuto con mi ser. Gracias, porque esta memoria fue, más que el cierre del proceso de pregrado, el comienzo de mi formación personal y profesional.

Estoy infinitamente agradecida de mi profesora patrocinante, la profesora Laura Moncada, por su apoyo incondicional, por creer en mí, y porque día a día me entregó su confianza, su experiencia, su buena disposición y por sobretodo su cariño. Conjuntamente, agradezco al profesor Roberto Fernández, por guiarme en los aspectos metodológicos de este estudio.

Gracias Ananda, Andrés y Ana porque me abrieron las puertas y me permitieron amablemente conocer sobre su experiencia. Además, porque pudieron transmitirme el amor que tienen por el canto.

A mis amigos también, muchas gracias, ya que de una u otra forma, también fueron parte de este proceso, con sus consejos, su apoyo, sus lindas energías, su buena disposición a ayudarme en lo que fuese, entre otras cosas.

Agradezco a la vida por ponerme cada hermoso ser que me acompaña, y porque me ha permitido conocer y enamórame del canto, pudiendo disfrutar al realizar esta memoria.

“El canto y la liberación de la voz se encaran y en-cantan como una práctica tan musical como devocional. Una práctica que conduce a una religiosidad primordial sin iglesia, monjes o gurús exteriores. Es la religión de la devoción artística, la pasión por la música de la voz, la voz como un medio de contacto con los mundos de divinidades y encuentros. La voz abierta, como una fuente de energía espiritual y creativa, tiene una identidad propia, más allá de la persona y el carácter del que la canta.”

Silvia Nakkach (2003).

ÍNDICE

1. RESUMEN.....	6
2. INTRODUCCIÓN.....	7
3. OBJETIVOS.....	12
3.1. Objetivo general:	12
3.2. Objetivos específicos:.....	12
4. MARCO TEÓRICO	13
4.1. PSICOTERAPIA TRANSPERSONAL.....	14
4.1.1. Psicología Transpersonal.....	14
4.1.2. Espiritualidad	15
4.1.3. Conciencia	16
4.1.4. Psicoterapia Transpersonal.....	18
4.2. CANTO.....	21
4.2.1. Definición de canto	22
4.2.2. Descripción fisiológica.....	22
4.2.3. Respiración.....	23
4.2.4. Potencialidades del canto	24
4.3. HISTORIA DEL CANTO Y ESPIRITUALIDAD	26
4.3.1. Antecedentes del canto en Oriente	27
4.3.2. Antecedentes del canto en Occidente.....	37
4.4. CANTO Y TERAPIA	51
4.4.1. Cantoterapia Wilfart	51
4.4.2. Terapia del canto	51
4.4.3. Canto Werbeck	52
4.4.4. Yoga de la voz	52

5. METODOLOGÍA	54
5.1. Procedimiento.....	54
5.1.1. Revisión bibliográfica	54
5.1.2. Entrevista a especialistas.....	55
5.2. Análisis	57
6. RESULTADOS ENTREVISTAS A ESPECIALISTAS	58
7. DISCUSIÓN Y CONCLUSIONES	65
8. REFERENCIAS	77
9. APÉNDICES	88
Apéndice A: El espectro de la conciencia	88
Apéndice B: Anatomía del aparato fonador	89
Apéndice C: Aparato fonador.....	93
Apéndice D: Respiración	98
Apéndice E: Mantra	100
Apéndice F: Canto Armónico Tuva	101
Apéndice G: Contactos.....	103
Apéndice H: Cantos de los Maya.....	104
Apéndice I: Cantos Incas.....	106
Apéndice J: Cantos Aztecas	109
Apéndice K: Cantos Mapuche	110
Apéndice L: Formación.....	112
Apéndice M: Pauta de Entrevista.....	113
Apéndice N: Lista de cantos del CD anexo.....	114

1. RESUMEN

La presente es una investigación teórica, que tiene como finalidad describir y analizar las potencialidades que posee el canto para ser utilizado en Psicoterapia Transpersonal. La metodología utilizada se basa en dos fuentes: por un lado la revisión bibliográfica, y por otro, a modo de complemento, entrevistas a especialistas en el tema. A partir de la información recopilada se encontraron dos hallazgos principales. El primero es con respecto al alto grado de relación que existe entre el canto y la espiritualidad. Y el segundo, ligado al anterior, es que sería posible considerar el canto como un instrumento útil para ser empleado dentro de la Psicoterapia Transpersonal. Se concluye la investigación, sistematizando y analizando cada una de las potencialidades que posee el canto para ser utilizado en Psicoterapia Transpersonal; y se dan a conocer los principales aportes, limitaciones y proyecciones de este estudio.

Palabras claves: canto, espiritualidad, Psicoterapia Transpersonal.

2. INTRODUCCIÓN

Desde tiempos inmemorables el sonido se ha considerado como un vínculo directo entre los seres humanos y lo divino, como lo expresan la mayoría de las escrituras sagradas (Andrews, 1993). En éstas se considera que el sonido fue el origen de la creación y, por ende, la primera forma de manifestación; por ejemplo en la India se plantea que todo el universo surgió del *Om*, que es un *mantra* sagrado; en Egipto, se considera que el Dios Tot creó el universo mediante palabras; y en la cosmología etíope se afirma que Dios se creó a sí mismo y al universo con tan solo afirmar su nombre (Andrews, 1993; Córdoba de Parodi, 1998). Lo anterior también se observa en el evangelio cristiano, en la siguiente frase de San Juan: “En el principio era el Verbo y el Verbo estaba con Dios, y el verbo era Dios.” (Juan, 1,1 Nuevo Testamento).

Probablemente es por lo anterior, que autores como Córdoba de Parodi (1998) señalan que la característica esencial de la música -que es sonido-, es la capacidad que tiene de enlazar el mundo material con el espiritual, lo físico con lo transpersonal, puesto que si bien se expresa en el mundo físico, mediante un tipo de vibración, conecta con la profundidades de lo divino, que están más allá del ser.

A su vez, la música se considera como la forma de curación más antigua (Andrews, 1993). Es por esto, que culturas como la hindú, del Tíbet, de Grecia y de Egipto, la utilizan frecuentemente con un fin de sanación (Goldman, 2010). Dentro de la música, la voz, es considerada como el instrumento musical más antiguo que existe, puesto que antes de que el hombre produjera sonidos al rozar piedras o palos, ya emitía sonidos al gritar, suspirar y gruñir (Jauset, 2011). Además, es el instrumento musical más accesible e íntimo, ya que al surgir desde el interior del sujeto, con sólo emitirla, puede expresar las emociones, ideas y el estado físico de éste (Silnik, 2011). Conjuntamente, para culturas de Oriente el canto es la forma musical más elevada (Schwarz y Schweppe, 2002).

Si bien en la mayor parte de Oriente se comprende la fuerte conexión existente entre la música, la espiritualidad y la sanación, en Occidente se ha considerado frecuentemente como áreas completamente distintas sin alguna relación (Goldman, 2010). Al respecto, surge en los años sesenta, en Estados Unidos, una psicología que de alguna manera integra estos tres elementos, llamada Psicología Transpersonal (Fiscalini, 2009). La Psicología Transpersonal nace a partir del creciente interés de un grupo de

psicoterapeutas y psiquiatras, dentro de los que se destaca Anthony Sutich, Abraham Maslow, Stanislav Grof y James Fadiman, quienes aspiraban al estudio de la dimensión espiritual y trascendente de la naturaleza humana y de la existencia (Ferrer, 2003). Esta psicología amplía los horizontes de la psiquis humana, incluyendo el terreno de lo espiritual, considerando al hombre como una realidad biopsicoespiritual (Fiscalini, 2009). Mediante la psicoterapia transpersonal se pretende capacitar a la persona para que ésta se conecte con sus recursos interiores y deje fluir el proceso natural de curación o de crecimiento (Vaughan, 1982). Además, se reconoce la potencialidad que tiene el experimentar diversos estados de conciencia, los cuales producen cambios en el flujo de pensamiento, a nivel emocional y en la percepción de la realidad, pudiendo ocurrir experiencias de tipo religioso, trascendente, transpersonal o cumbre (Puente, 2009). Al respecto, uno de los principales exponentes de la Psicología Transpersonal, Stanislav Grof (2001) señala que la música es un método muy poderoso para inducir estados alterados de conciencia; y que permite la liberación emocional y psicosomática, pudiendo brindar una sensación de continuidad y conexión a lo largo de los diversos estados de conciencia. Es por esto que en el trabajo de Grof, es posible observar la utilización de la música como un aspecto central de su metodología, la que él denominó Respiración Holotrópica (Grof, 2001).

El canto es utilizado en la Respiración Holotrópica, sin embargo durante la revisión bibliográfica no fue posible encontrar una mayor sistematización y teorización al respecto, así como tampoco se observó material en este sentido, en otros autores enmarcados en la Psicología Transpersonal. Es por esto, que se observan ciertos vacíos teóricos en cuanto al uso del canto en la Psicoterapia Transpersonal. De esta manera, la presente investigación apunta a describir y analizar las potencialidades de su utilización en esta psicoterapia. En este sentido, la pregunta que guía este estudio es: *¿Qué potencialidades posee el canto para ser utilizado en Psicoterapia Transpersonal?*

Cabe señalar, que en Psicología Transpersonal, durante los más de cincuenta años desde su fundación, se han realizado múltiples avances tanto a nivel teórico como empírico, generando una amplia gama de teorías explicativas sobre lo transpersonal y varias investigaciones al respecto (Grof, 2010). No obstante, continúa teniendo poca cabida dentro del ámbito académico, siendo asociada a lo poco riguroso, lo esotérico o lo sectario (Grof, 2010; Puente, 2009). Para Daniels (2008) la manera en la que se puede

revertir lo anterior, es que la Psicología Transpersonal desarrolle un enfoque más científico, para lo cual debiese incluir los siguientes aspectos: 1) recopilar datos relevantes, utilizando dentro de lo posible, métodos empíricos; 2) emplear términos, modelos y teorías que muestren el papel desempeñado por los factores psicológicos, para comprender los fenómenos transpersonales; 3) someter lo anterior a una verificación crítica, comprobándolo con la evidencia; y 4) transmitir de una manera adecuada, el conocimiento a la comunidad científica y el resto del mundo.

En este sentido, adquiere relevancia esta memoria en tanto se encuentra inmersa en el ámbito académico y se enmarca en la Psicología Transpersonal, por lo que se pretende de alguna manera seguir los aspectos señalados por Daniels (2008), que validen este tipo de investigación. Cabe señalar, que se considera como una primera aproximación a la temática, puesto que se ha observado escaso material y sistematización sobre esta interrogante. Es por esto, que se seguirá en la medida de lo posible los aspectos señalados por Daniels (2008), pero con la proyección de que los estudios posteriores que se desprendan del presente, puedan llevar a mayor cabalidad dicho procedimiento. Además de una primera aproximación, se pretende con esta memoria realizar una descripción del fenómeno estudiado, sistematizando la información recopilada.

Para responder a la pregunta de investigación se utiliza como recurso metodológico dos fuentes, por un lado la revisión bibliográfica, y por otro, entrevistas a especialistas en el tema. Si bien esta memoria no pretende ser una investigación empírica, hace uso de entrevistas a especialistas en el tema, sólo como un complemento al material obtenido a partir de la revisión bibliográfica.

Las proyecciones de este estudio son a nivel teórico y empírico. En cuanto al primero, se pretende mediante esta investigación, aportar en la sistematización del material obtenido sobre el canto, la espiritualidad y la Psicoterapia Transpersonal. Para esto, se realiza una revisión exhaustiva, no sólo en cuanto a su definición, sino que también de los antecedentes de cada uno de estos, sobretodo con respecto a la utilización del canto ligado a la espiritualidad en Oriente y Occidente. Por otro lado, tiene una proyección práctica, puesto que en la medida de que se considera este estudio como una primera aproximación, se espera contribuir en la generación de nuevas líneas de trabajo para futuras investigaciones, que permita enriquecer mayormente el uso del canto

para trabajar en Psicoterapia Transpersonal, así como también el surgimiento de nuevas interrogantes a desarrollar. Asimismo, responder a esta pregunta tiene implicancias clínicas, puesto que da cabida a una nueva herramienta terapéutica para utilizar en Psicoterapia Transpersonal, beneficiando tanto al terapeuta como a los consultantes. Por último, las contribuciones a nivel teórico, investigativo y clínico, pueden proporcionar una contribución a nivel académico, puesto que permiten dar un primer paso de validación de esta temática, para que posteriormente –luego de más investigaciones al respecto– pueda ser considerada dentro de la formación en psicología.

La memoria posee el siguiente hilo conductor:

En un primer momento se desarrolla este apartado, que corresponde a la introducción a la temática que se investiga.

Luego, se expone el objetivo general con los objetivos específicos del estudio.

Posteriormente, se presenta la revisión teórica que permite responder a la pregunta de investigación, dividida en cuatro capítulos. En el primero se contextualiza la Psicoterapia Transpersonal, describiendo sus principales fundamentos. Luego, en el segundo capítulo se da una descripción del canto, incluyendo su definición, descripción fisiológica y algunas potencialidades de éste. Se continúa, en el tercer capítulo, con una revisión histórica del canto asociado a la espiritualidad en Oriente, con respecto al *mantra* y el Canto Armónico; y en Occidente considerando el Canto Gregoriano y el canto en algunos pueblos indígenas de Latinoamérica –Inca, Maya, Azteca y Mapuche–. La revisión incluye el canto asociado a la espiritualidad, puesto que es un aspecto central en la Psicoterapia Transpersonal, encontrándose en la mayoría de sus supuestos teóricos y filosóficos planteados por Cortright (1997, citado en Jorquera, 2002). Para finalizar este apartado, un cuarto capítulo muestra brevemente algunas terapias que utilizan el canto para trabajar la espiritualidad. Cabe señalar, que para una mayor profundización de ciertas temáticas abordadas se podrá recurrir al apéndice anexado a la memoria. Además, también se anexa un Compact Disc (CD) llamado “Canto y Psicoterapia Transpersonal”, el cual contiene algunos de los cantos expuesto en la memoria y otros

cantos asociados, para quien quiera profundizar al respecto¹. Es posible acceder a lista de los cantos en el Apéndice N.

En cuarto lugar, se presenta la metodología de la investigación.

Luego, se continúa con un apartado que sistematiza los principales discursos vertidos en las en las entrevistas realizadas a tres especialistas en el tema.

Finalmente, se desarrolla un análisis que integra los elementos expuestos en los apartados anteriores, con el fin de responder a la pregunta de investigación. A su vez, se dan a conocer las principales limitaciones de este estudio y las posibles proyecciones para futuras investigaciones asociadas a esta temática.

¹ Cabe destacar, que debido a que algunos cantos eran demasiados extensos, fueron cortados. Razón por lo cual su duración puede diferir de la original. Se destaca que las canciones del CD también están citadas en las referencias.

3. OBJETIVOS

3.1. Objetivo general:

Describir y analizar las potencialidades que posee el canto para ser utilizado en Psicoterapia Transpersonal.

3.2. Objetivos específicos:

- Realizar una revisión bibliográfica sobre Psicoterapia Transpersonal, el canto, los antecedentes del canto ligado a la espiritualidad en Oriente y Occidente, y las terapias que utilizan el canto para trabajar la espiritualidad; y sistematizar dicha información.
- Efectuar entrevistas a especialistas en el tema y organizar esta información mediante categorías.
- A partir de la revisión bibliográfica y entrevista a especialistas, analizar y fundamentar las potencialidades del canto para ser utilizado en Psicoterapia Transpersonal.

4. MARCO TEÓRICO

Para una mayor comprensión, este apartado será dividido en cuatro capítulos. Se comienza con Psicoterapia Transpersonal, describiendo sus principales fundamentos. Posteriormente, en el segundo capítulo se da una descripción del canto, incluyendo su definición, descripción fisiológica y algunas potencialidades de éste. Se continúa, en el tercer capítulo, con una revisión histórica del canto asociado a la espiritualidad en Oriente y Occidente. Y para finalizar, un cuarto capítulo muestra brevemente algunas terapias que utilizan el canto para trabajar la espiritualidad.

CAPITULO I:

4.1. PSICOTERAPIA TRANSPERSONAL

*Y así la fuerza viva de su mente ha roto todas las
barreras, y ha ido mucho más lejos de los duros
muros del inundo, con la mente y el espíritu ha
atravesado el universo infinito.
Lu Recio*

4.1.1. Psicología Transpersonal

La Psicología Transpersonal es considerada como la “cuarta fuerza”, puesto que la primera es el conductismo, la segunda el psicoanálisis y la tercera la psicología humanista-existencial (Wigram, Pedersen y Bonde, 2005). Surge en los años sesenta, luego de que se advirtiera que estos modelos psicológicos mostraban limitaciones en cuanto a incluir posibilidades de desarrollo psicológico más elevado (Walsh y Vaughan, 1982a). En el año 1969, se forma el Transpersonal Institute, el cual tenía como propósito explorar la relación entre la espiritualidad, los estados alterados de conciencia y la psicología (Sassenfeld, 2002a).

William James es considerado como el padre de la Psicología Transpersonal, debido a que inauguró el uso de este término a principios del siglo XX (Taylor, 1996 citado en Sassenfeld, 2002a). Etimológicamente, la palabra transpersonal significa más allá de lo personal; y se entiende como aquella cualidad divina, trascendente y espiritual, que conecta con lo sagrado, con la esencia de todo lo manifiesto e inmanifiesto (Ferrer, 2003; Fiscalini, 2009). Es un término que comienza a utilizarse para representar un conjunto de experiencias que iban más allá de la individualidad y la personalidad (Walsh y Vaughan, 1982a).

De esta manera Daniels (2008) señala que “la Psicología Transpersonal implica la exploración psicológica de las experiencias, procesos y eventos transpersonales” (p. 31). En este sentido, Jorquera (2002) comenta que lo transpersonal implica la trascendencia de los límites comunes de la personalidad, incluyendo experiencias que se han denominado como espirituales, místicas, religiosas, mágicas, paranormales, etc.

Así, la Psicología Transpersonal amplia los horizontes de la psiquis humana, incluyendo el terreno de lo espiritual, considerando al hombre como una realidad biopsicoespiritual (Fiscalini, 2009). Para esto se nutre de la sabiduría oriental y occidental, integrando los conocimientos de ambas tradiciones en cuanto al desarrollo de potenciales humanos (Walsh y Vaughan, 1982a). A su vez, el estudio antropológico del chamanismo aporta significativamente para comprender los estados de conciencia, por lo que también son considerados en la Psicoterapia Transpersonal (Sassenfeld, 2002a).

Cortright (1997, citado en Jorquera, 2002) refiere que la Psicología Transpersonal posee los siguientes supuestos filosóficos y teóricos:

1. La naturaleza del ser humano es esencialmente espiritual, y es esto lo que le da el soporte a las estructuras psicológicas.
2. La conciencia es multidimensional.
3. Los estados alterados de conciencia, son una manera de acceder a experiencias transpersonales, y pueden promover la sanación y el crecimiento.
4. Los seres humanos tienen la necesidad de la búsqueda espiritual, en tanto buscan la totalidad mediante la profundización de la conciencia individual, social y trascendente. Siendo la búsqueda espiritual esencial para la salud completa de la persona.
5. La psicoterapia transpersonal permite que el individuo se contacte con una fuente interna más profunda de sabiduría, permitiendo la integración de los distintos aspectos que conforman al ser humano.
6. Es una manifestación de salud superior, la unión entre la voluntad y la aspiración consciente del impulso espiritual.

Los principales temas de los que se ha ocupado la Psicología Transpersonal son: estados de conciencia, meditación, modelos de salud psicológica, experiencias cumbre y místicas, implicancias de la física moderna, etc. (Walsh y cols., 1982).

A continuación se presentan dos conceptos claves en Psicología Transpersonal: Espiritualidad y Conciencia.

4.1.2. Espiritualidad

La espiritualidad, es una propiedad intrínseca de la psique, que emerge cuando la autoexploración alcanza una profundidad adecuada (Grof, 2001). Para Maslow (1982), es

una característica definitoria de la naturaleza humana, es parte del ser real, de la propia identidad y núcleo interior del ser humano. Desde la Psicología Transpersonal el término “espiritual” incluye todos los estados de conciencia, ya sea experiencias religiosas y místicas, como actividades éticas, estéticas, heroicas, humanitarias y solidarias (Fiscalini, 2009). Es por esto que Rowan (1996) señala que una experiencia espiritual es una modalidad de conciencia. Por su parte, Vaughan (1997) agrega, que la espiritualidad requiere tomar conciencia de quién se es como ser humano integral, inserto en una red de relación interdependiente tanto con la tierra como con el cosmos.

4.1.3. Conciencia

Desde el modelo transpersonal la conciencia es la dimensión central que sirve de base y contexto para toda experiencia (Walsh y Vaughan, 1982b). De esta manera, la psicología transpersonal reconoce la potencialidad que tiene el experimentar diversos estados de conciencia, en alguno de los cuales la identidad, puede traspasar los límites habituales del ego y la personalidad (Walsh y Vaughan, 1982a). Se define el ego como “una constelación de conceptos sobre uno mismo y de imágenes, fantasías, identificaciones, recuerdos, subpersonalidades (...) lo que creemos ser”. (Vaughan, 1993, p.46).

Wilber (1982) propone un modelo de conciencia, el cual sería una aproximación pluridimensional a la identidad del hombre, observando en cada nivel del espectro un sentimiento de identidad individual particular, variando desde la conciencia del yo a la conciencia de la identidad suprema. Además, agrega que los niveles de conciencia, aún cuando son trascendidas y subordinadas por el movimiento ascendente hacia estructuras superiores, perduran durante el desarrollo evolutivo de la persona, conservando una relativa autonomía e independencia funcional (Wilber, 1999).

Wilber (1982) explica los niveles de conciencia de la siguiente manera:

- Nivel del la sombra: en este nivel el hombre se identifica con una imagen de sí mismo empobrecida e inexacta, excluyendo todas las características que le resulten demasiado dolorosas, siendo contenidos de la sombra. En este sentido, la Sombra representa aquellas características que la personalidad consciente no desea reconocer, relegándola a la parte inconsciente; y que en palabras de Jung es “lo que una persona no desea ser” (Zweig y Abrams, 1991, p. 16).

- Nivel del ego: la persona en este nivel no se siente directamente identificado con su organismo psicosomático, puesto que sólo considera la psique, la mente, el ego. De esta manera, en este nivel predominan los procesos intelectuales y simbólicos; sin tener la consideración del cuerpo físico, como si éste no fuera parte de sí mismo.
- Nivel existencial: aquí la persona se identifica con la totalidad de su organismo psicofísico, que existe en el espacio y tiempo. Se considera como el primer nivel en donde se encuentra claramente la diferencia entre el sí mismo y el otro, o el organismo y el medio. Destaca en este nivel, las bandas biosociales, que corresponden a la influencia social y cultural que filtran el sentido de existencia básico de la persona.
- Las bandas transpersonales: es aquella zona del espectro supraindividual, en donde la persona no es consciente de su identidad con el todo, no obstante, su identidad tampoco corresponde a los límites del organismo individual. Es en esta zona donde se dan los arquetipos².
- Nivel de la mente: en este nivel la persona se identifica con el universo y el todo, pasando a ser el todo. Se considera este estado como el único estado real de la conciencia, sin ser un estado alterado o anormal de conciencia.

Es posible observar el diagrama del espectro de conciencia en el apéndice A.

Mientras que un estado de conciencia, se define a partir de la configuración general del funcionamiento psicológico; un estado alterado de conciencia (EAC) o también llamado estado no ordinario de conciencia, correspondería a una alteración cualitativa en la pauta global del funcionamiento mental, lo que genera que quien la vivencia, sienta que su conciencia es radicalmente diferente a la manera en que habitualmente funciona (Tart, 1982). En estos estados se producen cambios en el flujo de pensamiento, a nivel emocional y en la percepción de la realidad, pudiendo ocurrir experiencias de catarsis, místicas o extáticas, las cuales se han definido como experiencias religiosas, trascendentes, transpersonales o cumbre (Puente, 2009). Para Tart (1979) los estados de conciencia se pueden alterar de dos modos: internamente, por intención y habilidad; o externamente por intromisiones e imposiciones. Al respecto, Wigram, Pedersen y Bonde

² Los arquetipos son aquellas estructuras innatas y heredadas del inconsciente, las cuales compartimos con todos los seres humanos (Zweig y Abrams, 1991).

(2005) señalan que los estados alterados de conciencia pueden ser inducidos por estímulos farmacológicos –por ejemplo LSD–, por estímulos psicológicos –como privación sensorial y sobreestimulación por meditación, danzas de trance, hiperventilación o entrenamiento autogénico–, o por una combinación de diversas técnicas.

Dentro de algunos EAC encontramos: soñar, estados de transición entre el sueño y la vigilia, la embriaguez alcohólica, estados producidos por marihuana o por drogas psicodélicas más poderosas como el LSD, estados meditativos, estados hipnóticos, entre otros (Tart, 1982). Es importante destacar que, como señala Fiscalini (2009), todos los recursos artísticos, ya sea danza, dibujo, música, entre otros, permiten provocar estados de expansión o elevación de conciencia.

Con respecto a la música, tal como se señaló en la introducción, Grof (2001) comenta que es un método muy poderoso para inducir estados alterados de conciencia; y que además de permitir la liberación emocional y psicosomática, tiende a brindar una sensación de continuidad y conexión a lo largo de los diversos estados de conciencia. Un ejemplo de esto es la Respiración holotrópica de Grof, en la que la música es fundamental, puesto que potencia el efecto de la hiperventilación que se utiliza; y a su vez, permite la emergencia de contenidos específicos, como la agresión, dolor emocional o físico, expansión cósmica, sensaciones emocionales o sexuales, entre otros (Grof, 2001). De esta manera, como señala Wigram, Pedersen y Bonde (2005), en la Respiración holotrópica la música rítmica, sumado a la hiperventilación, puede generar estados alterados de conciencia.

4.1.4. Psicoterapia Transpersonal

La Psicoterapia Transpersonal, es aquella terapia que “trasciende los objetivos del ego y conecta lo psicológico con la práctica espiritual” (Walsh y Vaughan, 1982d, p. 249). Forman parte integral del proceso terapéutico, las experiencias o vivencias transpersonales, las cuales implican una expansión o ampliación de conciencia, que traspasa las fronteras habituales del ego y del tiempo y/o espacio (Grof, 1979 citado en Rowan, 1996).

Jorquera (2002) plantea que en la Psicoterapia Transpersonal existen varios principios de la práctica transpersonal, lo cuales se detallan a continuación:

1. Se concibe el trabajo psicoterapéutico dentro del contexto del desarrollo espiritual.
2. En el contexto transpersonal, tanto el cliente como el terapeuta se consideran como seres humanos en desarrollo y compañeros de ese proceso.
3. La conciencia es central en la Psicoterapia Transpersonal. Esto implica que el estado de consciencia del terapeuta, también tiene un efecto importante en la psicoterapia.
4. La Psicoterapia Transpersonal es multidimensional y experiencial. De esta manera, el terapeuta puede actuar en cualquier nivel de conciencia, y el proceso psicoterapéutico es experiencial, involucrando a toda la persona.

En la Psicoterapia Transpersonal se considera que todas las personas tienen la capacidad de autocuración, por lo que el terapeuta no cura la dolencia del cliente, sino que lo capacita para que éste se conecte con sus recursos interiores y deje fluir el proceso natural de curación o de crecimiento (Vaughan, 1982).

Así, el objetivo terapéutico es estimular y desarrollar las tendencias que promueven que la persona se desidentifique de las limitantes de la personalidad, captando su identidad en la totalidad del sí mismo (Fadiman, 1982). A su vez, otros objetivos son que la persona tenga la capacidad de asumir la responsabilidad de sí mismo en el mundo y en las relaciones; y que se capacite a la persona para que satisfaga de manera apropiada sus necesidades emocionales, mentales, físicas y espirituales de acuerdo a sus características particulares (Vaughan, 1982). De esta manera, la meta terapéutica no es la vivencia de una experiencia transpersonal, éstas son parte del proceso de evolución humana (Vaughan, 1982).

A las técnicas terapéuticas tradicionales, la Psicoterapia Transpersonal agrega diversos métodos que apuntan a la alteración de la conciencia, además de técnicas que permiten trabajar con el cuerpo, las emociones, la mente y el espíritu (Walsh y Vaughan, 1982c). Así, se promueve la utilización de diversas técnicas con el fin de abordar los distintos aspectos del ser humano (Sassenfeld, 2002b). En este sentido, Grof (2001) señala que las técnicas transpersonales, así como las técnicas humanistas, destacan por

la vivencia directa, la interacción no verbal y la participación del cuerpo en el proceso terapéutico.

Al considerar que las personas pueden autocurarse, las técnicas utilizadas capacitan a la persona para conectarse con sus propios recursos internos, puesto que se plantea que al darle una oportunidad, la sabiduría propia del organismo comenzará a fluir (Vaughan, 1982).

Dentro de la Psicoterapia Transpersonal se observan técnicas que facilitan y aceleran el proceso de transformación, como por ejemplo la meditación en movimiento, el canto en grupo y la música; ésta última permite adentrarse en sí mismo, para luego expresar emociones y energías físicas que surjan, a través del llanto, gritos o movimientos corporales, como correr, sacudirse, etc. (Grof y Grof, 1993). También se utilizan estrategias que contribuyen a reducir la intensidad del proceso, las cuales se emplean sólo en aquellos casos en que las circunstancias en que viven las personas no son favorables para un trabajo de este tipo (Grof y Grof, 1993). A su vez, trabajar con sueños, dibujos, diarios, pintura, entre otros, pueden ayudar a asimilar las experiencias internas (Grof y Grof, 1993).

Para finalizar con este primer capítulo, se considera importante señalar algunos exponentes de la Psicología Transpersonal, dentro de los que destacan: Carl Gustav Jung, Roberto Assagioli, Abraham Malow, William James, Ken Wilber, Stanislav Grof, Charles Tart, Roger Walsh, Frances Vaughan, Seymour Boorstein, entre otros (Grof, 2001; Pizarro y Rioseco, 2005; Rowan, 1996).

CAPITULO II:

4.2. CANTO

*Si la voz con la palabra toma cuerpo, con el canto
se transforma en espíritu. En donde la voz crea, el
canto recrea.
Analía Silnik*

La voz es el principal medio que utilizan los seres humanos para comunicarse y expresarse (Bustos, 2003). Es el soporte acústico de la palabra, el cual moviliza pensamientos, ideas y emociones (Arias, 2003).

Se describe como un fenómeno sonoro que implica una vibración de partículas, mediante el paso de aire a través de las cuerdas vocales (Wolfram y Wendler, 1982). Para Ferrer (2008) la voz es un fenómeno físico, pero inmaterial, puesto que pese a que es posible medir la intensidad y frecuencia de la voz, no se puede materializar, así como tampoco es posible materializar las emociones.

Mediante la voz, se expresa de manera directa y única a la persona, dando cuenta de su estado emocional, de su personalidad y particularidad, de su nivel de energía, entre otros (Silnik, 2011). En esta misma línea, Pearce (2005) señala que la voz es una identidad sonora de la persona, la cual a través del tono, de la resonancia, de la energía y su expresividad, da cuenta de la persona al entorno que la rodea. Asimismo, Cruz (2012) comenta que el tono, el timbre y el acento de la voz, muestran cómo la persona se percibe a sí misma, su estado emocional, sus pensamientos, su pertenencia social, su identidad física y psicológica, y en ese sentido, su relación con el entorno. Por tanto, cada voz tiene su particularidad propia, la cual está sujeta a modificaciones de acuerdo con el estado mental, físico y emocional de la persona (Le Mée, 1995).

La voz se manifiesta de dos maneras: al hablar y al cantar. En cuanto a la voz hablada, la zona cerebral que regula su expresión es la subcortical; en cambio, en el canto, la vibración se produce debido a la actividad nerviosa de las neuronas de la región cortical (Lacárcel, 2003).

Debido a que la presente investigación se aboca al canto, a continuación se profundizará únicamente con respecto a éste. En un primer momento en cuanto a su definición, posteriormente se dará su descripción fisiológica, luego se profundizará en un aspecto esencial del canto, la respiración; y se finalizará con algunas de las potencialidades que posee su utilización.

4.2.1. Definición de canto

El canto es la expresión artística y musical de la voz, por lo que se considera como el primer instrumento musical al que tienen acceso los seres humanos, además del más natural y de fácil acceso; y el único que puede integrar palabras a la línea musical (Silnik, 2011). Ligado a lo anterior, Goldman (2010) añade que a diferencia de otros instrumentos, la voz tiene la cualidad de poder crear casi todas las frecuencias dentro del ancho de banda audible. Serafina Poch añade que la voz es el instrumento musical más personal y versátil, en tanto combina diversos elementos, como: melodía, ritmo, articulación, dinámica, letra, entre otros (Ibáñez, 2004).

Cabe señalar, que el canto, así como el resto de la música, no sólo se percibe a través de los oídos, también se percibe por la piel y las diversas terminaciones nerviosas del organismo (Schwarz y Schweppe, 2002).

4.2.2. Descripción fisiológica

En el proceso de cantar está involucrado mayormente el aparato fonador, el cual Torres (2007) lo describe distinguiéndolo en tres porciones: el fuelle, el vibrador y los resonadores del aparato fonador (ver fig.1 en Apéndice B). Éstas participan, en tanto cantar implica el siguiente proceso: se contrae la musculatura del abdomen, lo que genera una presión intra abdominal que empuja al diafragma y lo eleva, permitiendo que el aire ascienda desde los pulmones, pase a través de la tráquea, luego por la laringe y se genere una presión subglótica –en tanto las cuerdas vocales se encuentran cerradas impidiendo el paso de aire–; esta presión genera que las cuerdas vocales vibren y logren abrirse produciendo un tono complejo, el cual será modificado y amplificado por las cavidades de resonancia supraglóticas –como la faringe, la boca y las fosas nasales–, generando así un sonido audible (Ferrer, 2008; Torres, 2007; McCallion, 1998). Para una mayor profundización de este proceso y de las partes involucradas del aparato fonador ver apéndice B y C.

Si bien para cantar es esencial el aparato fonador, no es el único que participa, puesto que en la producción de la voz interviene todo el organismo (Bustos, 2003). Así, además de lo señalado anteriormente, a nivel neuronal cantar implica la coordinación de ambos hemisferios cerebrales, por una parte, la articulación de palabras –que son producto de la elaboración de secuencias y representaciones verbales–, ocurre en el hemisferio izquierdo; y por otra, la entonación melódica y la participación emocional, se desarrolla en el hemisferio derecho (Lacárcel, 2003). Asimismo, el canto involucra procesos psíquicos básicos, como la imaginación, memoria, sensaciones, percepciones, atención, emociones, entre otros (Wolfram y Wendler, 1982).

La respiración es un elemento fundamental en la fonación, puesto que es el aire que pasa a través del aparato fonador, el que se convierte en sonido, es decir, en la voz (Goldman, 2010). De esta manera, “la voz es una manifestación de la respiración” (Andrews, 1993, p.78). Es por esto, que antes de continuar describiendo el canto se hace necesario profundizar con respecto a esta última.

4.2.3. Respiración

En muchos idiomas el término respiración se utiliza indistintivamente para referirse a la respiración y al espíritu o alma, por ejemplo en sánscrito la palabra *atman* significa aliento, y al mismo tiempo, alma (Schwarz y Schweppe, 2002). Lo mismo ocurre con el término *prana* de los hindúes, *chi* o *qi* de China, *pneuma* en griego, *ruach* en hebreo, entre otros (Rowan, 1996).

Respirar es un acto esencial en los seres humanos, es automático, medianamente inconsciente, y se considera como el primer acto al nacer y el último al morir (Ferrer, 2008). Para Rowan (1996) es un medio que permite conectar todos los niveles del ser: físico, mental, espiritual y emocional.

La respiración tiene una función primordial en el organismo, en tanto nutre todas las células del cuerpo con el oxígeno necesario; y permite la liberación del dióxido de carbono (Bustos, 2003; Schwarz y Schweppe, 2002). Goldman (2010) hace notar que si bien nacemos realizando la respiración diafragmática –esto es, utilizando la contracción y dilatación del diafragma para llenar los pulmones completamente–, con los años se enseña a respirar erróneamente, levantando los hombros, lo que implica llenar sólo la parte superior de los pulmones, repercutiendo esto en el organismo en su totalidad.

En el habla y el canto, la respiración es activa y estará regulada por la musculatura abdominal, siendo el diafragma un músculo esencial para el control de la espiración (Torres, 2007).

Ferrer (2008) distingue tres tipos básicos de respiración: respiración abdominal, respiración costoabdominal y respiración pectoral; a su vez, agrega tres respiraciones que se pueden realizar al cantar: respiración dorsocostal, respiración por gravitación o relajación súbita y respiración de impostación o por reacción. Para una mayor profundización con respecto a cada respiración ver apéndice D.

En relación a la respiración que se realiza al cantar, se considera que los pulmones deben llenarse hasta tres o cuatro veces más que en la respiración pasiva –en la que no se hace uso de la voz–, y que la inhalación y exhalación cambian su ritmo, en tanto ahora el aire espirado sale más paulatinamente que al aspirarlo (Cruz, 2012). Cabe señalar que será la presión del aire espirado, la que determinará la intensidad o volumen de la voz; y que es el diafragma el que permitirá ese control (Torres, 2007; McCallion, 1998).

Finalmente, es importante destacar que existen varias terapias que utilizan como un aspecto central la respiración, por ejemplo en el trabajo de regresión se utiliza una respiración acelerada y profunda; en el yoga se emplea la respiración abdominal que permite relajar; en algunas modalidades de trabajo neo-reichiano se hace uso de la respiración profunda; y en la Respiración Holotrópica de Grof se intensifica la respiración produciendo la hiperventilación (Grof, 2001; Rowan, 1996).

4.2.4. Potencialidades del canto

Para Wolfram y Wendler (1982) “el canto es comunicación” (p.19). En este sentido, se considera como uno de los medios de expresión más completos a nivel musical, constituyéndose como un lenguaje emotivo y afectivo (Lacárcel, 2003). Zampa (2011) agrega a lo anterior, que el canto también implica el alma y el espíritu de quien lo realiza. Asimismo, se considera que el canto puede modificar el estado de ánimo de las personas, produciendo satisfacción y autorrealización, en tanto es fuente de alegría, serenidad y múltiples sentimientos (Lacárcel, 2003).

En relación a lo anterior, adquiere relevancia la melodía³ que se produce al cantar, ya que los motivos y diseños melódicos son recibidos por el diencéfalo y el lóbulo temporal, sectores en los que se localizan el tálamo, hipotálamo y el sistema límbico, asociados a la afectividad y los sentimientos (Lacárcel, 2003). Además, es importante destacar que el ritmo⁴ del canto es capaz de generar un estado alterado de conciencia, puesto que dependiendo de éste, se pueden alterar los ritmos del corazón, la respiración y del cerebro (Andrews, 1993).

Bauer (2001) por su parte, señala que el canto se convierte en un mediador musical del vínculo entre el bebé y los padres que le cantan, potenciando mediante gestos y sonidos la relación entre ellos.

Por otro lado, también se considera que el canto contribuiría a la reeducación de las personas que presentan problemas de lenguaje y alteración en la memoria; así como también en afecciones hipocondríacas, melancólicas e histéricas, debido a que incidiría en el movimiento del corazón, en la circulación de la sangre, en la respiración, entre otros (Ibáñez, 2004).

³ La melodía es “una sucesión de sonidos que tiene una identidad y significado propio dentro de un entorno sonoro particular” (Silnik, 2011, p.39).

⁴ “El ritmo es el efecto producido por la sucesión de sonidos de distintas duraciones y acentos” (De Toro, 2000, p. 50).

CAPITULO III:

4.3. HISTORIA DEL CANTO Y ESPIRITUALIDAD

Cuando la mente está armonizada, se hace capaz de oír la voz de lo desconocido. Los sonidos que se oyen en este estado no pertenecen a ningún lenguaje, religión ni tradiciones particulares.

Swami Rama

Para comprender la potencialidad que posee el canto para ser utilizado en Psicoterapia Transpersonal, se considera necesario efectuar una revisión histórica del canto ligado con la espiritualidad. Esto, debido a que como se señaló anteriormente, la espiritualidad es un aspecto central en la Psicoterapia Transpersonal, encontrándose en la mayoría de sus supuestos teóricos y filosóficos planteados por Cortright (1997, citado en Jorquera, 2002).

De esta manera, a continuación se presentan algunos de los principales antecedentes históricos del canto relacionado con la espiritualidad en culturas de Oriente y Occidente. En este sentido, este apartado se divide en dos segmentos. El primero, que abordará dos cantos característicos de Oriente: el *mantra* y el canto armónico; y el segundo, que profundizará con respecto al canto en Occidente, en primer lugar el Canto Gregoriano; luego el canto en los pueblos precolombinos de Latinoamérica –Mayas, Incas y Aztecas– y, para finalizar, referente a Chile, el canto en los Mapuche.

PRIMERA PARTE:

4.3.1. Antecedentes del canto en Oriente

En la mayor parte de Oriente, la música se considera como un camino para elevar el alma al sintonizarse con el cosmos; y, a su vez, como un medio que permite curar el cuerpo (Córdoba de Parodi, 1998). En relación al canto, los sabios de la India y del Tíbet, han señalado la fuerza que posee la voz humana, por lo que durante miles de años se ha utilizado para armonizar la mente, el cuerpo y el espíritu (Schwarz y Schweppe, 2002).

A continuación se presentan dos cantos característicos de Oriente, por un lado el *mantra* y por otro el canto armónico.

4.3.1.1. *Mantra*

*... el poder del mantra, sea repetitivo o no, es el
poder de la voz, de la palabra.
En definitiva del propio verbo.*

José Luis Nuag

La palabra *mantra* proviene del verbo en sánscrito –la antigua lengua sagrada de la India– *man*, que significa pensar, contemplar o meditar; y *tra*, que se refiere a liberar y proteger (Beaulieu, 1994; Goldman, 2010).

Andrews (1993) los define como palabras o frases cargadas energéticamente, que suelen ser cantadas. Asimismo, se plantea que son sonidos o palabras que al enunciarse tienen la capacidad de modificar la conciencia de quien los recita (Easwaran, 2001; Schwarz y Schweppe, 2002).

La mayoría de los grandes *mantras* en las distintas religiones se centran en las divinidades de la creación, ya sea Krishna, Buda, Cristo, entre otros; lo que para Easwaran (2001) promueve cultivar una devoción que se profundiza constantemente y que conecta con la presencia divina de la conciencia.

Nuag (2003) señala que los *mantras* generan beneficios tanto en el plano físico como espiritual. A nivel físico, el doctor Herbert Benson, investigó los efectos fisiológicos de los *mantras*, descubriendo que la repetición de un mantra producía una disminución en el consumo de oxígeno y reducción del ritmo respiratorio; un descenso en el ritmo cardíaco de alrededor de tres pulsaciones por minuto; una disminución del pulso y ritmo metabólico; y un aumento en las ondas alfa del cerebro (Goldman, 2010). Con respecto a

esto último, se ha observado que mejora la memoria y la concentración (Nuag, 2003). Sumado a lo anterior, Córdoba de Parodi (1998), comenta que las vibraciones de sonido producidas por los *mantras* hacen vibrar por resonancia nervios, ganglios, glándulas y células particulares. En este sentido, Rimpoché (1994) manifiesta que al entonar un *mantra* se carga la respiración y energía vital de la persona, a través de la propia energía del *mantra*.

En el plano espiritual, Nuag (2003) señala que el *mantra* ayuda a la elevación y evolución espiritual. Así, como plantean las enseñanzas orientales, la repetición de un *mantra* permite limpiar la mente de aquellas capas superficiales del pensamiento, haciéndola más receptiva a los impulsos profundos del espíritu (Le Mée, 1995). En este sentido, se tiene acceso al interior más profundo del sujeto (Easwaran, 2001). A su vez, se considera como un medio de acceso a la experiencia de la unidad total, es decir, a la unión con todos los seres (Nuag, 2003).

Para Puglisi (2011) sus efectos son más allá de la comprensión de las palabras que se enuncian, puesto que el *mantra* tiene la cualidad física de generar una vibración sonora, la cual aún cuando no se sepa lo que se canta o escucha, ésta incidirá en los sujetos. Es por esto, que los *mantras* beneficiarían no sólo al que lo emite, sino que también a su entorno humano, animal, vegetal e inorgánico.

También, es importante destacar que la intención será un aspecto clave para alcanzar el objetivo que se pretende conseguir con la enunciación del *mantra* (Nuag, 2003).

Los *mantras* poseen sílabas germinativas o semilla, llamadas *bija mantra* (Córdoba de Parodi, 1998). Para el escritor Usharbudh Arya los *bija mantra* son altamente poderosos, en tanto son combinaciones de letras que representan la relación entre la energía vital o Kundalini, el sonido sagrado –que correspondería a la Conciencia Suprema– y los arquetipos elementales (Beaulieu, 1994). Algunos ejemplos de *bija mantra* son: *Om, hum, ah y hrih* (Córdoba de Parodi, 1998).

Si bien es posible encontrar *mantras* en diversas tradiciones de Oriente, se profundizará únicamente con respecto a la India y el Tíbet, al ser los lugares con respecto a los que se ha obtenido mayor información en la búsqueda bibliográfica. Además, para

finalizar se comentará brevemente sobre la presencia del *mantra* en Occidente, en cuanto a la Iglesia Católica.

A. El *mantra* en la India

La India está ubicada en el sur de Asia y limita al oeste con Pakistán y el mar Árabe; al norte con China, Nepal y Bután; al este con Bangladés, Birmania y el Golfo de Bengala; y al sur con el Océano Índico (Gispert y Torras, 2005).

En la India, el canto se encuentra íntimamente ligado al recitado de *mantras* (Schwarz y Schweppe, 2002). Para la religión hindú, los *mantras* permiten poner en funcionamiento de manera práctica la energía contenida en el cosmos; además, mediante la constante *yapa* –repetición–, recargan el cerebro, permitiéndole alcanzar altos niveles de conciencia a través de la resonancia del sonido que viaja directamente al cerebro (Lacárcel, 2003).

En la tradición hindú existen miles de *mantras*, con un propósito e intención específico, algunos son para unir al recitador con alguna deidad o forma energética particular; otros para fortalecer al recitador con poderes específicos o *siddhas*; y otros que consiguen activar y armonizar ciertos puntos energéticos, también llamados *chakras* (Goldman, 2010).

Para potenciar el *mantra*, mientras lo emiten los hindúes suelen tocar algunas partes de su cuerpo con los dedos, tales como la frente, la boca, los brazos, etc. (Román, 1995).

La fórmula o *mantra* más sagrada del hinduismo es el *OM*, razón por la cual está presente al comienzo de la mayoría de los *mantras* (Román, 1995). Éste es considerado como el *mantra* más poderoso, en tanto representa lo divino, aquella chispa divina dentro de la dimensión física (Andrews, 1993). Para Román (1995) el *OM* o *AUM*, simboliza al Ser, al Brahma o Dios creador. Está compuesto por cuatro partes: A, que representa el plano físico; U el plano sutil; M el plano causal; y la cuarta parte, que surge de la síntesis de las tres anteriores (Nuag, 2003). En Oriente se plantea que el *OM* es un *mantra* sagrado, porque todo el universo ha surgido a partir de él, al igual como en el Evangelio se considera el Verbo como el principio divino de la creación (Córdoba de Parodi, 1998).

Es posible escuchar este *mantra* y otro conocido *mantra* hindú, llamado *Mahamantra* o *Hare Krishna* en las pistas 1 y 2 del CD anexado. Además, en el apéndice E se puede obtener información sobre el *mantra Hare Krishna*.

B. El *mantra* en el Tíbet

El Tíbet se encuentra en Asia Central, al suroeste de China (Gispert y Torras, 2005). En la tradición budista de este lugar, el proceso de conocimiento de uno mismo implica la comprensión de Tres Misterios: el Cuerpo, el Habla y la Mente, que corresponden al *mantra OM-AH-HUM* (Goldman, 2010). El Habla, que une la Mente y el Cuerpo, corresponde a la comprensión del sonido, a la fuerza creativa; e implica el uso de herramientas sagradas para invocar a los dioses y fuerzas del universo, como los *mantra* (Goldman, 2010). Cabe señalar, que la mayoría de los *mantra* están en sánscrito, la antigua lengua sagrada de la India (Rimpoché, 1994).

Uno de los *mantras* tibetano más conocido es *OM MANI PADME HUM* (Schwarz y Schweppe, 2002). Este *mantra* invoca la bendición del Buda más importante para el pueblo tibetano, *Avalokiteshvara*, que es el Buda de la compasión hacia todos los seres; y brinda una protección contra las influencias negativas y varias enfermedades (Rimpoché, 1994). A su vez, se plantea que cada una de sus sílabas tiene una virtud específica y poderosa transformando distintos aspectos del ser, en especial purificando seis emociones que hacen obrar negativamente con el cuerpo, el habla y la mente, las cuales corresponden a: orgullo, celos, deseo, ignorancia, codicia e ira (Rimpoché, 1994). Se puede escuchar este *mantra* en la pista 3 del CD anexado.

C. El *mantra* en la Iglesia Católica

El *mantra*, de alguna manera también se observa en las grandes tradiciones espirituales del Occidente, como por ejemplo en la Iglesia Católica. Esto debido a que al igual que en Oriente, en el cristianismo se considera que el canto repetido de los Salmos genera un efecto que penetra profundamente en el corazón de los fieles, permitiendo que las intenciones y la voluntad se purifiquen, sacando de la mente las preocupaciones cotidianas (Le Mée, 1995).

Además, en la Iglesia Católica el nombre de Jesús es un *mantra* poderoso y altamente utilizado, en el que se le pide a Jesucristo que permita a sus seguidores parecerse más a él, y que llene de sabiduría, piedad y amor (Easwaran, 2001).

Otro mantra que se emplea bastante es “Ten piedad de nosotros”, mediante el cual se incentiva a los creyentes a retomar las fuerzas y el poder para enfrentar las adversidades de su vida (Nuag, 2003). Asimismo, también son *mantras* el rezo del Rosario, el Amén, el Avemaría, el Aleluya, entre otros (Córdoba de Parodi, 1998).

4.3.1.2. Canto Armónico

*El poder de los armónicos es la esencia de
la sagrada ciencia del sonido, que manifiesta el
principio de vibración.*

Martín Módenes de Sande

El canto armónico, también conocido como canto de sobretonos –overtone singing–, canto difónico o bifónico y canto de armónicos, es una técnica en la que se consigue duplicar el sonido vocal, pudiendo distinguir dos sonidos melódicos al mismo tiempo: un tono bajo, llamado fundamental, que es como un zumbido, el cual es coherente con el registro de voz habitual del cantante; y otro, más alto, un sonido aflautado que corresponde a los sobretonos de la fundamental (Barras & Gouiffès, 2008; García-López y Gavilán, 2010; Gillie, 2008; Smith, Henrich, & Wolfe, 2007; Tisato, Maccarini & Hai, 2001; Tsai, Shau, & Hsiao, 2004). De esta manera el cantante es capaz de crear una línea melódica con su voz; y al mismo tiempo otra melodía aflautada sobre esa voz (Kornblum, s.f.).

Los diferentes armónicos se obtienen mediante la modificación –por la pronunciación de las vocales– de los resonadores del cantante y el uso particular de la respiración, con una contracción forzada de los músculos abdominales y del cuello (Barras & Gouiffès, 2008). De esta manera, al igual que un prisma refracta la luz blanca pudiendo observar la amplia gama de colores; esta manera de cantar, permite refractar el sonido, pudiendo apreciar los armónicos que lo componen (Kornblum, s.f.). En este sentido, al modificar aquellas partes que intervienen en la producción de la voz, se consigue amplificar o resaltar ciertos armónicos o frecuencias que forman parte del espectro vocal (Jauset, 2011).

A nivel fisiológico, los armónicos vocales crean cambios en la respiración, el ritmo cardíaco y las ondas cerebrales, por lo que se considera como una forma de meditación, además de que puede alterar la conciencia (Goldman, 2010).

Se ha observado el canto difónico en antiguas tradiciones chamánicas de Mongolia, África, Arabia y México; así como también en tradiciones cabalísticas arcanas del judaísmo y el cristianismo; y en las tradiciones espirituales sagradas del Tíbet, en donde los sonidos vocálicos y los armónicos se han utilizado para curar, como un medio para invocar y comunicarse con deidades; para equilibrar los centros energéticos del cuerpo; y

para provocar resonancia en el cerebro (Goldman, 2010). Cabe señalar, que existen teorías de que en el antiguo Egipto, la Atlántida y en los Mayas de Centroamérica, también se utilizaron los cantos de sobretono (Kornblum, s.f.). Conjuntamente, se ha observado este tipo de canto en mujeres del pueblo Xhosa de Sudáfrica (Dargie, 1985, citado en Tisato et al., 2001).

Si bien se observa la presencia del canto armónico en Occidente, su uso es más bien escaso, a diferencia de algunas tradiciones de Oriente, en donde es bastante común en festividades seculares y religiosas, especialmente en regiones de Asia como Mongolia, Tuva y el Tíbet (Bloothoof et al., 1991; Goldman, 2010). A continuación se profundiza el canto armónico en estos tres sectores, en tanto, como señala Goldman (2010): “los tibetanos, mongoles y tuvanos son los grandes maestros de armónicos vocales” (p.18).

A. El canto de garganta o *Khöömei* de Tuva

La localidad de Tuva se encuentra ubicada en el centro de Asia, en Rusia (Gispert y Torras, 2005). En este lugar el canto de sobretonos es el canto de garganta llamado *Khöömei* o *Hoomi* (Sakakibara et al., 2001). Goldman (2010) comenta que el canto de garganta tiene una íntima conexión con la naturaleza, siendo utilizado por los tuvanos como “un medio para responder a los sentimientos exagerados que produce la exaltación frente a la belleza de la naturaleza” (p. 93).

En esta región se han desarrollado varios estilos de *Hoomi*, entre los que destacan: *Kargiraa* –canto con una fundamental muy grave–, el *Khomei* –o *Hoomi* propiamente tal–, *Borbannadir* –similar al *Kargiraa* pero con una fundamental un poco más alta–, *Ezengileer* –caracterizada por pasajes rítmicos rápidos entre los armónicos difónicos– y *Sigit* –es como un silbido, en el cual la fundamental y los armónicos bajos son muy débiles, predominando los armónicos altos– (Tisato et al., 2001). Para una mayor profundización revisar el apéndice F y las pistas 4 y 5.

B. El canto *xöömi* de Mongolia

Mongolia está ubicada entre Asia Central y Oriental, limitando al norte con Rusia y al sur con China (Gispert y Torras, 2005). Los pueblos nómadas de Mongolia, han convertido al viento en el eje de su música, siendo su expresión principal el canto difónico (Cárdenas, 2007). El término utilizado para este tipo de canto es *xöömi* (Tisat et al., 2001). Sin embargo, igualmente es posible encontrarlo como *hoomi*, *chooming*, *xoomij* o *khöömij*

(Goldman, 2010; Kornblum, s.f; Sakakibara et al., 2001). En este canto también se producen dos líneas tonales diferentes: una de ellas es un sonido nasal con un tono relativamente constante –la fundamental– y la otra son tonos similares a un silbido, formada por tonos parciales (Goldman, 2010).

Los *xöömi* se clasifican según el lugar corporal de resonancia, pudiendo encontrar: *Xamryn Xöömi* –*xöömi* nasal–, *Bagalzuuryrn Xöömi* –*xöömi* garganta–, *Xöömi Tseedznii* –*xöömi* de pecho–, *Kevliin Xöömi* –*xöömi* vientre–, *Xöömi Xarkiraa* –correspondiente al *Kargiraa* de Tuva, es un *xöömi* con una fundamental muy baja–, y el *Isgerex* –voz aflautada dental, que se utiliza escasamente– (Tisato et al., 2001). Es posible escuchar un ejemplo de *xöömi* en la pista 6 del CD.

Se ha analizado este tipo de canto a nivel de frecuencias y los parciales armónicos que se producen, pero poco se ha observado sobre la manera en cómo los mongoles consiguen realizarlo y sobre los motivos que tienen para producirlos (Goldman, 2010). No obstante, se tiene información de que los chamanes de este lugar utilizan el canto armónico para comunicarse con los espíritus de la naturaleza y otras entidades (Goldman, 2010).

C. El acorde de una voz del Tíbet

Anteriormente se profundizó con respecto a los cantos en el Tíbet en cuanto a los *mantra*. En esta ocasión, vuelve a ser necesario abordar este lugar, puesto que los lamas también se caracterizan por su canto de armónicos.

El canto de armónicos realizado en el Tíbet es conocido como *Acorde de una voz* y está asociado a los rituales tántricos practicados en los monasterios de Gyuto y Gyume (Goldman, 2010). Para ellos el canto tiene un carácter religioso, en tanto el sonido es una representación fiel de la realidad del universo vibratorio, el cual se resume en el sonido *Om* (Tisato et al., 2001).

Los monjes de Gyuto practican el *mzdo skad*, el cual les permite cantar en terceras paralelas⁵ (Goldman, 2010). Tisato et al. (2001) considera que este canto es similar al

⁵ La tercera ocurre cuando, tomando como referencia dos voces o más –humanas y/o de instrumentos– éstas poseen entre sí una distancia intevalica de dos tonos o dos tonos y medio desde la nota más grave a la nota que le sigue en altura (Herrera, 1990). Por ejemplo, la tercera de la nota Do es la nota Mi –en una tonalidad de Do Mayor–. Que sean terceras paralelas implica que esta distancia interválica se mantiene, realizando un movimiento paralelo entre las notas, es decir, ambas suben o ambas bajan (Mateu, 2004). Así, continuando

estilo *Borbannadir* de Tuva. Por su parte, los monjes de Gyume practican el *gshin rje'i ngar skad*, el cual posibilita cantar en quintas paralelas⁶ (Goldman, 2010). Se puede escuchar una canción de los monjes de Gyuto y Gyume en las pistas 7 y 8 del CD, respectivamente.

Los monjes tibetanos piensan que en la creación del *acorde de una voz* no son ellos los que producen el sonido, sino que más bien ellos son un canal mediante el cual el sonido sagrado se manifiesta (Goldman, 2010).

Terry Jay Ellingson señala las siguientes razones que justifican el uso del *acorde de una voz*: 1) oculta las palabras sagradas a los oídos no iniciados; 2) mediante este tipo de canto se crea un efecto acústico que permite transformar las palabras en los tres mantras fundamentales ritualmente –*Om, Ah y Hum*–; 3) la técnica respiratoria utilizada puede estar vinculada a la meditación tántrica y el yoga, las cuales hacen hincapié en el trabajo de los chakras o puntos energéticos del cuerpo; y 4) que este estilo de voz se asocia simbólicamente a *Rdo rje`Jigs byed*, que es la deidad de meditación de la Universidad Tántrica (Goldman, 2010).

Además, es importante destacar que los cantos de *mantra* y armónicos en los lamas del Tíbet son complementarios, pudiendo observar cantos que se caracterizan por la presencia ambos (Goldman, 2010).

D. El canto armónico en Occidente

El canto armónico también ha sido difundido en el occidente. Se considera que el primero en utilizarlo fue el alemán Karlheinz Stockhausen en 1968 en el trabajo artístico llamado *Stimmung*; posteriormente ha sido empleado por variados artistas entre los que se encuentran: el estadounidense David Hykes en el Coro de Armónicos –*Harmonic Choir*–; el alemán Wolfgang Saus; la australiana Sarah Hopkins, entre otros (Tisato et al., 2001). Para Goldman (2010) es David Hykes quien mediante el Coro de Armónicos, fue el responsable de dar a conocer el canto armónico como una forma artística en Occidente.

con el ejemplo anterior, es una tercera paralela si luego de tener simultáneamente las notas Do y Mi, se pasa a las notas Re y Fa –en tono de Do Mayor–.

⁶ En este caso la distancia interválica de las notas que se analizan y se mantienen en el siguiente movimiento, es de tres tonos y medio (Herrera, 1990). Por ejemplo, se tiene la nota Do y la nota Sol simultáneamente –en tono de Do Mayor–; el siguiente movimiento tendría que ser hacia las notas Mi y Si para cumplir una quinta paralela.

Las pistas 9, 10 y 11 del CD anexo corresponden a cantantes de armónicos de Occidente.

Por otro lado, Schwarz y Schweppe (2002) también encuentran el canto difónico en el Canto Gregoriano, en tanto señalan que el canto monofónico que resonaba en los claustros medievales, correspondían a series de armónicos que se superponían a la nota grave fundamental.

En la actualidad existen varios maestros que enseñan el canto armónico, los cuales si bien se basan en las técnicas empleadas por los tibetanos, mongoles y tuvanos, presentan modificaciones de acuerdo a su propia experiencia. Para obtener mayor información sobre alguno de éstos ver Apéndice G.

SEGUNDA PARTE:

4.3.2. Antecedentes del canto en Occidente

En Occidente también se observa la presencia del canto ligado con la espiritualidad, no obstante no existe un significado tan unificado al respecto. A continuación se profundizará sobre dos cantos característicos de Occidente: el Canto Gregoriano, de la Iglesia Católica, y el canto en algunos pueblos indígenas de Latinoamérica.

4.3.2.1. Canto Gregoriano

Cantar es orar dos veces.

San Agustín.

En el Cristianismo, una de las principales expresiones de la liturgia es el canto (Valois, 1965). Estos cantos, también llamados dialectos del canto Occidental, se dividen en cuatro ramas: Gregoriano en Roma, Ambrosiana en Milán, Galicano en Francia y Mozárabe o Visigodo en España (Apel, 1958). Como se mencionó previamente, en el presente trabajo se abordará únicamente con respecto al primero. Esto, debido a que además de sustentar comunidades monásticas por alrededor de mil quinientos años y haber dado un carácter propio a la iglesia romana, juega un papel fundamental en la evolución de la música occidental (Le Mée, 1995).

A. Definición de Canto Gregoriano

El Canto Gregoriano o Canto Romano, generalmente se define como aquella música litúrgica desarrollada para representar la palabra de las escrituras sagradas (Le Mée, 1995). No obstante, comprenderlo implica no sólo considerar el aspecto musical, también su función litúrgica y el contexto en el cual surge y se desarrolla. En esta línea, se agrega a la definición anterior que el canto gregoriano también es un acto de adoración y una actividad congregacional y litúrgica que le brinda integridad a las comunidades (Le Mée, 1995). Además, para Prado (1945) el Canto Gregoriano también es universal y anónimo.

El Canto Gregoriano se utiliza frecuentemente en latín, idioma que se caracteriza por el alto uso de vocales, las cuales, como señala Le Mée (1995), le brindan al Canto Gregoriano su cualidad emocional.

Se plantea que el Canto Gregoriano tenía como propósito provocar que las palabras y sentimientos que se generan con éste, alteraran la mente, el cuerpo y el corazón, por lo que los versos se repetían con frecuencia y se cantaban en diversas modalidades (Le Mée, 1995). Además, se considera que el entonar este canto conlleva un acto de fe y obediencia, por lo que el propósito no es algo estético, sino que es alabar a dios mediante las sagradas escrituras, permitiendo que Dios se exprese a través de quienes interpretan el canto (Le Mée, 1995).

Musicalmente, el Canto Gregoriano se compone en función del texto litúrgico; y es siempre ligado, sin permitir *staccatos* o cortes en las notas que se cantan (Prado, 1945). Asimismo, no posee armonía o elementos polifónicos, con una sola línea melódica (Córdoba de Parodi, 1998). En este sentido, la línea melódica carece de acompañamiento; siendo simplemente una canción, sin necesidad de grandes técnicas vocales (Le Mée, 1995). Inicialmente el Canto Gregoriano era cantado al unísono, y todos los monjes seguían una misma línea musical mediante sonidos vocálicos prolongados en la técnica llamada *canto llano* (Goldman, 2010). Cabe señalar, que gran parte de este canto se ejecutaba por un solista o un grupo, alternándose en ocasiones el solista y la congregación o, en otros momentos, la congregación se dividía para interpretar versos alternados, y luego se unía en el estribillo (Le Mée, 1995). En la pista 12 del CD es posible escuchar un ejemplo de *canto llano*.

B. Períodos del Canto gregoriano

El término *gregoriano* hace alusión al papa Gregorio I, también llamado San Gregorio, quien fue obispo de Roma entre los años 590 al 604 (Apel, 1958). Es importante destacar, que el Canto Gregoriano incluye no sólo el tiempo en que reinó el papa Gregorio I, sino que también previo y posterior a él. De esta manera es posible distinguir en el Canto Gregoriano cuatro períodos:

1° Período de Formación (siglos I al VII)

El Canto Gregoriano surge por la conjunción de transmisiones orales que se fueron modificando durante seis o siete siglos por la penetración de Oriente en Occidente (Valois, 1965).

Es este período el cual le da el nombre al Canto Gregoriano, puesto que en él, el papa Gregorio I hizo sus grandes aportes, que lo convirtieron en el mayor exponente de

este canto (Valois, 1965). Como se señaló previamente, este período considera implícitamente el tiempo previo al reinado del papa Gregorio I, puesto que las escrituras sagradas, cantos, melodías, entre otras, existían desde antes (Apel, 1958).

Prado (1945) considera que el papa Gregorio I contribuyó en el canto litúrgico en tres aspectos: organizando aquellas piezas que no tenían un lugar fijo dentro del ciclo anual; haciendo una revisión completa de las melodías existentes y componiendo otras; y realizando clases de canto a jóvenes clérigos. Según se ha descubierto, el aporte de Gregorio I no fue sólo a nivel musical, puesto que también contribuyó divulgando la fe cristiana por todo el Imperio Romano (Le Mée, 1995). A su vez, formó la primera *Schola Cantorum* de Roma, proveyéndola de material que él mismo compilaba, como por ejemplo el Antifonario (Córdoba de Parodi, 1998).

Se destaca que desde el siglo III en adelante y por alrededor de quinientos años, se consideró la voz humana como lo único apropiado para esta música, sin necesidad de ningún acompañamiento, al considerarse los instrumentos como paganos (Andrews, 1993).

2° Período de Difusión (siglos VII al XII)

En este período la *Schola Cantorum* formada por San Gregorio y el Antifonario que él compiló, recorren países de Europa como Italia, Galia, Inglaterra, entre otros (Prado, 1945).

En el siglo IX, se generó un cambio al permitir que la música de la liturgia fuese cantada a dos voces, en el estilo llamado *organum*, en el cual una voz mantenía una melodía, y se acompañaba de otra voz al intervalo de una cuarta por debajo (Goldman, 2010). A su vez, aumenta el número de melodías, y aparecen el Credo, Kyrie Eleison o Señor ten piedad, Gloria, Sanctus o Santo es el Señor, y Agnus Dei o Cordero de Dios, que son cantos característicos del Canto Gregoriano (Apel, 1958). En las pistas 13 y 14 del CD se puede apreciar un ejemplo de Kyrie Eleison y de Agnus Dei, respectivamente.

3° Período de Decadencia (siglos XII al XIX)

Durante el siglo XII, se siguen componiendo melodías, pero con una evidente falta de naturalidad y con una tendencia a abreviar las melodías; lo que le quita la esencia

característica del Canto Gregoriano, siendo difícil distinguirlo del canto profano de los juglares (Prado, 1945).

Conjuntamente, irrumpen en las iglesias la música mensurable, es decir, la música que comienza a tener una estructura y puede ser medida; y la música ficta, la cual invade de sonidos la música litúrgica, puesto que aparece el contrapunto, con lo que los valores se dividen y subdividen, introduciéndose alteraciones o accidentes, bemoles y sostenidos, que en ese entonces eran poco frecuentes (Prado, 1945).

4° Período de Restauración (siglos XIX al XX)

Luego del período de decadencia, un conjunto de académicos, en su mayoría franceses, se dedicaron al estudio de manuscritos medievales, descubriendo la importancia que el Canto Gregoriano poseía (Apel, 1958). Además, en 1903, el papa Pío X realizó un decreto en el *Motu proprio* –que es el código de la música sagrada–, en el cual el Canto Gregoriano se adopta oficialmente en la Iglesia Romana (Prado, 1945).

Actualmente, los dos grandes centros de música sacra con categoría universitaria, son el Instituto Pontificio de Música Sacra en Roma, y el Instituto Gregoriano en París (Prado, 1945).

C. Efectos producidos por el Canto Gregoriano

Con respecto a los efectos generados por este canto, el doctor Tomatis observó que las frecuencias producidas en el Canto Gregoriano oscilaban entre los 70 y 9.000 Hz, y que las frecuencias más altas generadas como armónicos, permiten cargar el sistema nervioso central y la corteza cerebral, llenando de energía (Goldman, 2010). A su vez, en tanto se canta con una respiración profunda y relajada, se transmite a sus oyentes tranquilidad y calma (Le Mée, 1995).

Por otro lado, se señala que la prolongación de las vocales manteniendo una frecuencia determinada, produce efectos espirituales similares a los producidos mediante los *mantras* de los pueblos de Oriente, en cuanto a la posibilidad de acceder a estados alterados de conciencia (Córdoba de Parodi, 1998). Al respecto, Le Mée (1995) plantea que gracias a su íntima conexión con las escrituras sagradas, el Canto Gregoriano tiene la posibilidad de despertar la mente y el corazón de quien canta y quien escucha, transportándolo a niveles profundos del ser. Asimismo, entrega un sentido de unidad entre

el que canta, el que escucha y el sonido que se genera, promoviendo la celebración de la humanidad y la propia divinidad del ser humano, recordando su origen divino (Le Mée, 1995).

Pese a lo anterior, los beneficios espirituales y físicos del Canto Gregoriano fueron poco reconocidos por la Iglesia Católica (Goldman, 2010).

4.3.2.2. El canto en pueblos indígenas de Latinoamérica

El sonido fue el idioma utilizado por las culturas precolombinas para tener contacto con sus dioses, con el mundo del espíritu; fue su latir, su vida misma.

Cindy Bolandi

En los pueblos indígenas de América, la música y el canto también han estado presentes como un aspecto característico. Cabe señalar que su utilización tiene a la base algo más que un fin artístico, siendo un medio a través del cual se comunican con la espiritualidad en diversos planos (Millán, 2007). De esta manera el canto, y la música en general, ha cumplido un papel relevante en los servicios religiosos, y está íntimamente ligada a la naturaleza (Bolandi, 2002). A continuación se muestra la utilización del canto en tres de los principales pueblos precolombinos: Maya, Inca y Azteca. Se concluye este capítulo con uno de los pueblos indígenas más característicos de Chile: los Mapuche.

A. Cultura Maya

Para los mayas, la música era un medio mediante el cual se podían comunicar con las deidades (Jardow, 1999). Es por esto, que Franco (1991) señala que su función no es evocar una experiencia estética, sino que más bien es despertar un entusiasmo religioso. De esta manera, los mayas no cantaban para mostrar su habilidad o conocimiento, ni tampoco para complacer a los espectadores, sino que era una manera mediante la cual se honra y complace a sus dioses ancestrales (Franco, 1991). Es por lo anterior, que se entiende el por qué la mayoría de las descripciones coloniales asocian la música maya con ritos; y que los eclesiásticos hayan enfatizado la destrucción de las expresiones musicales de esta cultura, para lograr evangelizarlos (Ruz, 1997).

En el Diccionario etnolingüístico del idioma maya yucateco colonial, se denomina *kay* a canto y la acción de cantar (Álvarez, 1997). Valencia (2001) comenta que el canto en los mayas permitía una unión entre los hombres y las divinidades, en busca del equilibrio o armonía cósmica. A su vez, el canto, así como el baile y la música en general, al expresar un sentido de lo mágico y lo trascendente, eran utilizados en solemnes ceremonias de iniciación de procesos, por ejemplo para la iniciación sexual de hombres y mujeres (Valencia, 2001). Cabe señalar que es difícil separar el canto de las danzas,

puesto que muchos de los cantos eran realizados para acompañar las danzas (Ruz, 1997).

La represión española destruyó gran parte del material cultural de los mayas, lo que restringe la información disponible sobre los tipos de cantos realizados por éstos. No obstante, existe un documento llamado los Cantares de Dzitbalché⁷, el cual fue encontrado por Barrera Vásquez en el año 1942 (Ligorred, 1985). Los Cantares de Dzitbalché, son un conjunto de quince cantos anónimos, los que tratan sobre diversas ceremonias colectivas vinculadas al amor, la iniciación sexual, el amanecer, la orfandad, invocación a dioses, historia de los antepasados, sacrificio humano, entre otros (Valencia, 2001). Los cantos fueron escritos en maya yucateco y provienen de Dzibalché, Campeche, localizado al noroeste de la península de Yucatán (Nájera, 2004). Al respecto, es importante destacar que uno de los pueblos mayas más numerosos, fue el yucateco (Ruz, 1997). A pesar de la diversidad de cantos, en cuanto a su contenido y estilo, Nájera (2004) realiza una clasificación temática de estos 15 cantos en: cantos líricos, cantos de dioses y mitos; y cantos de rituales, como se observa a continuación:

Cantos líricos de los Maya

En esta clasificación se ubica sólo el canto número ocho, el cual corresponde a un poema de reflexión profunda sobre la tristeza generada por la orfandad. En este sentido se alude a la angustia que siente quien se ha quedado solo, huérfano, sin familia; y que, mediante una deidad busca consuelo. Para Valencia (2001) este canto se realiza para contrarrestar el doloroso paso por la existencia y la pérdida de los seres queridos, refugiándose en lo sobrenatural.

Cantos de dioses y mitos de los Maya

En estos cantos es posible observar dos tipos: el canto de vestigios de antiguas cosmogonías –canto número diez–, que trata sobre la creación del mundo; y los himnos sagrados. En este último se considera el canto número nueve, el cual es una oración referida por un médico, que se dirige a la deidad de la medicina: *Cib Bolon Tun*, para que las plantas medicinales no se agoten. Se puede apreciar el canto número nueve en el apéndice H.

⁷ El libro *Los cantares de Dzitbalché* muestra los quince cantos, con su respectiva traducción. Es posible acceder a éste en Barrera (1992).

Cantos de rituales de los Maya

Como su nombre lo dice, en este grupo considera todos aquellos cantos referidos a los rituales, los cuales se subdividen en tres tipos: de iniciación femenina, de sacrificio por flechas y de fin de período. Se puede observar mayor profundización sobre estos cantos en el apéndice H.

B. Cultura Inca

García, Croatto y Marton (1938) señalan que en esta cultura el arte de los sonidos era una expresión del alma incaica, siendo utilizado como un exteriorizador del estado emotivo o pasional de su intérprete.

En el Imperio Inca, la música era expresada predominantemente a través del canto y la danza (Bolandí, 2002). Y cumplía un rol fundamental en esta cultura, estando presente en situaciones ligadas al dolor, el amor, la vida, la muerte, el placer, la guerra y los fenómenos naturales (Bolaños, 2009).

Los cronistas Cieza y Betanzos, que escribieron alrededor del año 1550, señalan en sus relatos que cantar era un aspecto muy importante en los Incas (Schechter, 1980). El término utilizado para referirse al canto es *taqui*, que significa “canto que conjuga en su significado el ritmo, la literatura y la plasticidad corporal” (Bolandí, 2002, p.1).

La poesía lírica, que era creada para ser cantada, eran un medio por el cual se facilitaba que los sentimientos de la comunidad se elevaran para congregar a los dioses, implorar favores y rendirles culto; manifestar profundamente el sentimiento religioso y la veneración a la naturaleza; y para expresar la alegría, la tristeza, el humor, la ternura, la nostalgia, la soledad, entre otros (Valencia, 2000).

En el canto Inca, es posible observar tres tipos de cantos característicos: los cantos históricos; las canciones de amor llamadas *araví*; y los *haylli* o canciones de guerra (Porrás, 1999). Dentro de estos tres cantos, los *haylli* son los ligados al plano espiritual, por lo que sólo se profundizará con respecto a éstos. No obstante, para una mayor comprensión de los cantos históricos y *araví* ver apéndice I.

Cantos Haylli de los Inca

Para Porrás (1999), los *haylli* o cantos de victoria de los Inca, son cantos que glorificaban el triunfo del hombre sobre el enemigo o sobre la tierra, por lo que muestra la

expresión de un pueblo no sólo militar, en cuanto a un triunfo bélico, sino también agrícola.

A nivel militar, el *haylli* era cantado por la multitud, cuando el ejército llegaba victorioso al Cuzco, el cual se repetía en las fiestas principales, por hombres y mujeres, que danzaban tomados de las manos, y cantaban acompañados del sonido del tambor (Porrás, 1999).

En cuanto a lo agrícola, se consideran *haylli* aquellos cantos que enaltecían las hazañas del trabajo agrícola y el término fructífero de éste (Porrás, 1999). Los *haylli* promovían orden y rendimiento en las labores, en tanto permitían sincronizar los movimientos de los trabajadores con el canto (Bolaños, 2009). Los trabajadores, concluían al final de cada verso diciendo *haylli*, es decir, triunfo (Bolaños, 2009). A su vez, Valencia (2000) señala que los *haylli* agrícolas tenían una connotación sagrada, al cantar a las siembras, a la maduración de los frutos y la cosecha; por lo que permitía mantener un equilibrio en su cosmovisión y ritualidad religiosa. En este sentido, los incas realizaban *haylli*, a su divinidad *Tici Viracocha* –dios de la creación–, el cual era utilizado en el punto culmine de la fiesta del sol, llamada *Inti Raymi* o *Hatun Raymi*, la festividad más importante del calendario Inca, en la cual se agradecía a *Tici Viracocha*, al sol, a la luna y a todas las deidades por haber dado una amplia cosecha (Schechter, 1980). Esta celebración adquiere gran importancia, puesto que el Inca también actúa en esta ejecución musical, mediante un canto responsorial, en el que él imita el grito de la llama roja, y la *coya* –esposa principal del Inca– y las *ñustas* –hijas vírgenes del Inca– cantan entre las estrofas (Schechter, 1980). Se puede observar la traducción de uno de estos cantos a *Tici Viracocha* en el apéndice I.

C. Cultura Azteca

La música era altamente relevante para los aztecas, en tanto los diversos actos, tanto religiosos como festivos eran acompañados por ésta, ya sea a través de instrumentos, cantos y/o danzas (Broda, 1971; Johansson, 1992; Kowalczyk, 1997).

En *náhuatl*, lengua utilizada por los aztecas, se reúne en el término *cuicatl* el canto, la música y la canción (Siméon, 2004). Autores como Kowalczyk (1997) plantean que el *cuicatl* es fundamental para esta cultura, en tanto es un elemento primordial en sus

prácticas religiosas y un recurso de transmisión cultural, de sus mitos, tradiciones e historia.

Se realizaban cantos en honor a los dioses en las ceremonias en que se ofrecían sacrificios de seres humanos (García y cols., 1938). Además, mediante los cantos se invocaban a los espíritus, para que éstos descendieran en la tierra (Bierhorst, 1985). Por otro lado, el canto también era utilizado como un medio de reflexión filosófica, en tanto para el príncipe Nezahualcóyotl, los cantos tenían una funcionalidad vital, que iba más allá de la narración de sucesos importantes o de guerras, él los veía como un complemento a su forma de vida, pudiendo intervenir en su realidad y en las condiciones del vivir, y por ende permitiendo que el pueblo pudiese reflexionar sobre su entorno y lo que sucedía (Rodríguez, 2009). De esta manera, Nezahualcóyotl fue un propulsor para el desarrollo de cantos más reflexivos, que cuestionaban la existencia y la posición en el mundo (Rodríguez, 2009).

García y cols. (1938) señalan que se han obtenido 69 cantares aztecas prehispánicos, de diversos autores, escritos en lengua *náhuatl*; lo cuales fueron recopilados y publicados por Antonio Peñaful, junto con la versión castellana hecha por Mariano Rojas. Dentro de las temáticas abordadas se señalan aquellas ligadas con: hazañas de héroes o acciones de guerra sentimientos, y alabanzas a los dioses (García y cols., 1938).

En los aztecas es posible distinguir cantos: líricos o *xochicuicatl*, de guerra o *yaocuicatl* y de ceremonias (Broda, 1971; Johansson, 1992). Sólo se profundiza en cuanto a estos últimos, en tanto abordan directamente el aspecto trascendente y espiritual que es lo que compete a esta memoria. Para mayor información sobre los dos primeros se puede observar en el apéndice J.

Cantos de Ceremonias de los Aztecas

El canto, en conjunto con danzas, vestimentas, ofrendas y los sacrificios, eran un aspecto constitutivo de las ceremonias de los aztecas (Broda, 1971). Es por esto, que esta clasificación comprende todos aquellos cantos realizados en éstas.

En este sentido, el canto se entenderá como una representación dramática del mito a través de un ritual, lo que genera un nexo entre el mito y el sacrificio (Broda, 1971). Para

Broda (1971) se podría “suponer que existían mitos para explicar todos los sacrificios humanos” (p. 276).

A partir del ejemplo relatado por Broda (1971) referente a las ceremonias realizadas para los dioses de la lluvia y del agua, es posible observar que los cantos eran entonados para honrar a los dioses en distintos momentos de los rituales, como por ejemplo al preparar a las víctimas para el sacrificio; y que se desarrollaban también los días previos a las ceremonias.

D. Cultura Mapuche

En los Mapuche, la música no tienen por finalidad lo artístico o estético, sino que más bien es un medio de sanación y, al mismo tiempo, un vehículo de comunicación con el plano espiritual (Millán, 2007). Cabe destacar que la música de trance mapuche se considera como el eje sobre el cual se sostiene el universo sonoro mapuche (Pérez de Arce, 2007).

Según señala Pérez de Arce (2007), el canto es el elemento más importante de la música mapuche y se considera tan necesario como el habla. En el idioma mapuche –el *mapudungun*–, se conoce el canto mapuche como *ül*, que significa canto y poesía, y se entiende como un discurso poético expresado a través del canto, el cual permite a quienes lo cantan expresar sus sentimientos y transmitirlos emotivamente a quienes lo escuchan (Caniguan y Villarroel, 2011).

A la acción de cantar o poner en práctica el *ül*, se le conoce como *ülkantun*, y se define como un encuentro entre el *piwke* –corazón– de quien canta y el *piwke* de quien lo recibe (Caniguan y Villarroel, 2011). En el pueblo mapuche, el canto no se le adjudica sólo a los cantantes, puesto que al ser una expresión cotidiana de comunicación, todos lo practican, sin reparar en la afinación, calidad vocal o técnica utilizada (Labra, 2010). No obstante, existen personas vinculadas estrechamente con el canto llamados *ülkantufe* (Cayumil, 2001).

El *ül* transmite diversos sonidos, en donde se destacan armónicos, inhalaciones y exhalaciones, usando sonidos guturales⁸, ronquidos, entre otros (Tapia, 2007). Para Tapia (2007) la variación en la técnica permite un timbre y *newen* –fuerza o energía–

⁸ El sonido gutural “se articula tocando el dorso de la lengua con la parte posterior del velo del paladar o acercándose a él formando una estrechez por la que pasa el aire espirado” (Real Academia Española, 2001).

característico del *ülkantufe*, pudiendo transmitir diversos mensajes o estados emocionales y astrales. Cabe señalar, que los antiguos cronistas destacaban el canto mapuche por su expresividad en el sonido, clasificando su canto como un “lloro” (Pérez de Arce, 2007).

Dentro de las funciones del *ül* se encuentran: la expresión de sentimientos atrapados, el poder de tranquilizar a quien vivencia dolores emocionales fuertes; la sanación y la conexión espiritual (Caniguan y Villarroel, 2011). Asimismo, el canto mapuche tiene una función a nivel cultural, en tanto se considera el canto como uno de los elementos más importantes del devenir histórico cultural de este pueblo (Molina, 2002). En este sentido, para Cayumil (2001) mediante el *ülkantun*, se traspasan los conocimientos comunitarios, normas culturales, su historia y los valores a las nuevas generaciones, lo que lo convierte en un proceso formador porque crea instancias de aprendizaje, transmisión y recreación de conocimientos culturales.

En el canto mapuche es posible distinguir dos grandes géneros: el canto cotidiano, que se conoce como *ülkantun* o *üll*, propiamente tal; y el canto sagrado, denominado como *tayül* o *tahiel* (Labra, 2010). Es este último el que se vincula al aspecto espiritual, por lo que sólo se abordará sobre éste. Para mayor información sobre el canto cotidiano ver apéndice K.

Cantos sagrados de los Mapuche: tayül o tahiel

Los cantos sagrados se relacionan directamente con el mundo espiritual y mágico ritual de los mapuche, y son practicados principalmente en ceremonias comunitarias y personales, en donde se busca generar una conexión con las fuerzas y espíritus, así como también con fines curativos (Labra, 2010). Estos cantos son transmitidos de manera oral mediante las *machi* u otras personas ligadas a las ceremonias; y se acompañan con instrumentos por parte de la comunidad, sonidos onomatopéyicos, gritos y otros sonidos producidos por los pies golpeando al suelo, también por las joyas de las mujeres al chocar, entre otros (Labra, 2010). Los *tahiel*, reproducen los sonidos de la naturaleza, como forma de homenajear a quienes consideran sus hermanos, razón por la cual frecuentemente se comienza la canción con un grito, aullido, o algún sonido que se asemeje al sonido que expresa el elemento de la naturaleza que quieren representar (Millán, 2007). Un ejemplo de este tipo de canciones se presenta en la pista 15 del CD anexo.

Los *tahiel* se caracterizan también por estar asociados a las creencias mapuche, en cuanto a la concepción trascendental de la vida; y a la relación del hombre con la naturaleza y su mundo, y el resto de los seres que lo habitan (Caniguan y Villarroel, 2011). Aquí es posible encontrar los cantos para despedir a los muertos y los cantos *machi* (Caniguan y Villarroel, 2011; Labra, 2010).

a) Cantos funerarios de los Mapuche

Según señalan Caniguan y Villarroel (2011) los cantos funerarios o *amulpüllün*, permiten un “mejor tránsito de las almas de los difuntos, hacia el nuevo espacio donde van a habitar” (p. 88). Asimismo, promueve el descanso del alma del difunto y el consuelo en las familias de éste, recordando lo que fue la persona en su vida, rescatando su importancia y virtudes (Caniguan y Villarroel, 2011).

b) Cantos Machi

En el pueblo mapuche, el o la *machi* es el encargado de la curación natural y es la única persona autorizada para comunicarse directamente con los espíritus creadores y protectores (Díaz y cols., 2004). Si bien la mayoría de las *machi* son mujeres, también pueden serlo hombres, no obstante cuando es hombre, debe hablar y cantar un tono más alto que un hombre normal –en nota Fa–, lo cual se utiliza para activar el *newen piwke* o fuerza del corazón (Tapia, 2007). Es por esta razón que en el presente trabajo, cuando se alude a *machi*, se le vincula al género femenino como “la *machi*”, en vez de “el *machi*”.

En los rituales realizados por la *machi*, se utiliza la música como el principal medio para acceder al trance (Pérez de Arce, 2007). Es por esto, que para constituirse como *machi* requiere de una especialización en torno al uso de la voz y la ejecución del *kultrun* (Pérez de Arce, 2007). Este último, se considera como un instrumento sagrado y acompaña a la *machi* en los cantos y oraciones (Labra, 2010).

De esta manera, se considera a la *machi* como especialista en canto y música; y el poder de la voz es el elemento central en su actividad (Pérez de Arce, 2007). Para Tapia (2007), el canto es el medio más poderoso por el cual la *machi* expresa su *newen* y *kimün* –fuerza y sabiduría–. Labra (2010), señala que el canto es muy importante en las ceremonias, porque abren una conexión con las fuerzas de la naturaleza y los espíritus, como una especie de invocaciones o rezos cantados. Así, en el caso del *machi ül*, que es el canto utilizado para la sanación, permite a la *machi* tomar contacto con espíritus y

lograr una mejor sanación de los enfermos (Caniguan y Villarroel, 2011). De esta manera, en los *machitún*⁹, la *machi* realiza la sanación mediante los cantos que lo contactan con cierto *nwen*, el cual le otorga el poder de sanar a través del trance musical (Tapia, 2007). Se puede apreciar un canto mapuche que alude a un tipo de *machitun* en la pista 16 del CD anexado.

Otros ejemplos de cantos machi son: el *tayul üll* –invocación de ser sobrenatural– y el *muthumadtun üll* –invocación en tratamiento de enfermos– (Caniguan y Villarroel, 2011; Labra, 2010).

Finalmente, cabe señalar, que el *tayül* es aprendido sólo por los aprendices de *machi* (Labra, 2010).

⁹ Se denomina *machitún* a aquellos rituales de sanación realizados por la machi (Marileo, 2007).

CAPITULO IV:

4.4. CANTO Y TERAPIA

... de todos los instrumentos que existen en el planeta, el más poderoso es la voz. Y en particular cuando se utiliza con fines terapéuticos.

Jonathan Goldman.

A continuación se presentan brevemente algunas terapias, que tienen a la base el trabajo con el canto y la espiritualidad. Para una mayor profundización se sugiere acudir a la fuente directa mencionada en las referencias. Y con respecto a su formación se puede revisar el Apéndice L.

4.4.1. Cantoterapia Wilfart

Cantoterapia Wilfart, es aquel método desarrollado en Francia por el profesor de voz Serge Wilfart, el cual mediante el sonido y la respiración, busca restablecer el potencial vibratorio de la persona, promoviendo que sólo proyecte vibraciones auténticas, es decir su verdadera voz (Wilfart, 1999). Cabe señalar, que la voz y el canto, además de ser el medio mediante el cual se trabaja, es un instrumento que permite conocer a la persona física y psicológicamente (Wilfart, 1999).

En Cantoterapia Wilfart se promueve que el alumno desarrolle continuamente un viaje interior, que le permitirá en un comienzo liberar tensiones fisiológicas y psicológicas, para posteriormente desarrollar un trabajo espiritual (Wilfart, 1999). Así, Wilfart (1999) define como cantante a todo ser humano que aspira, mediante la expresión vocal, a un estado de bienestar y reequilibrio corporal, psíquico y espiritual.

Mediante este método se consigue una liberación emocional y afectiva, un equilibrio entre los armónicos graves y agudos de la voz, un enraizamiento del individuo, una rearmonización corporal, una profunda transformación del psiquis y por sobretodo un retorno al centro (Wilfart, 1999).

4.4.2. Terapia del canto

La terapia del canto surge formalmente en Argentina en la década del '90, mediante el trabajo de los psicólogos Ana Iannino, Guillermo Toucedo y Alberto Kuselman (Kuselman, 2012). Es definida como aquel "abordaje que tiene como herramienta

fundamental la utilización del canto para restablecer la armonía, el estado de salud plena” (Kuselman, 2012, p.38).

Desde esta perspectiva, la enfermedad es vista como desarmonía, por lo que la curación sería el restablecimiento de la armonía, lo que es posible a través del canto (Kuselman, 2012). La estrategia terapéutica es el incremento de una virtud que permite trascender el sufrimiento, por ejemplo para trabajar el miedo se incrementa el coraje (Kuselman, 2012). Kuselman (2012) señala que el canto detiene el diálogo interior, permitiendo estar en una conciencia alerta en el presente, lo que permite despertar la conciencia, desalojar pensamientos y estados negativos de la mente, pedir protección y agradecer, energizar, pacificar, etc.

Dentro de esta metodología se utilizan repertorios de cantos que permiten desarrollar las virtudes que se espera trabajar; el movimiento corporal, visualizaciones, la pintura, los masajes, la meditación, la actuación, entre otras (Kuselman, 2012).

4.4.3. Canto Werbeck

El Canto Werbeck, también llamado uncovering the voice, desvendar la voz, develar la voz o cantoterapia, fue creado en Suecia por la cantante sueca Valborg Werbeck-Svärdström, quien apoyada por los fundamentos de Rudolf Steiner de la antroposofía, crea una metodología que comprende la voz humana desde lo espiritual (Werbeck, 2002).

Para Werbeck (2002) el canto no es algo que tiene que ser entrenado, sino que más bien es algo que tiene que ser liberado, es por esto que su nombre es Uncovering the voice o desvendar la voz.

En el proceso terapéutico se comienza realizando una evaluación de la voz, que permite observar en qué estado llega la persona; luego se realiza una ficha biográfica considerando los distintos aspectos del sujeto; y finalmente se trabaja con ciertas escalas musicales, utilizando vocales y/o consonantes, acompañándolo en ocasiones de movimientos corporales de acuerdo al objetivo que se pretenda trabajar (Werbeck, 2002).

4.4.4. Yoga de la voz

El Yoga de la voz, es un programa certificado perteneciente a la escuela Vox Mundi Project, que fue fundada en 1987, en Italia, por la psicóloga gestáltica y psicodramatista Silvia Nakkach, que también es su directora (Ferro, 2008). Esta escuela posee programas

educativos que buscan cubrir todos los aspectos de la influencia de la voz y el canto para la liberación de la persona; a través del trabajo artístico y terapéutico con la voz, rescatando los aportes de tradiciones musicales indígenas y sagradas (Nakkach, 2003). Además, se pretende llevar la voz y el canto al nivel de una disciplina de transformación, combinándolo con la práctica espiritual (Nakkach, 2003).

El Yoga de la voz es un programa que ofrece la integración precisa del cuerpo, mente y espíritu de la disciplina del yoga, con técnicas antiguas y contemporáneas de canto, la curación de sonido y musicoterapia; y el desarrollo de la voz como puerta de entrada para conectar con el verdadero sonido energético y natural (Nakkach, 2005). Es por esto, que se pretende que la persona vivencie el canto como una expresión genuina, que va más allá de la historia personal, integrando la dimensión ancestral del canto como una forma de meditación o yoga, que conecta con lo divino (Nakkach, 2003).

En éste programa se considera que las numerosas dimensiones en que se manifiesta la voz –acústica, psicológica, musical, social, cultural, terapéutica, estética, teatral, transpersonal–, son parte de una totalidad mayor, como un sistema orgánico o Gestal (Nakkach, 2003). De esta manera, se concibe la voz como una totalidad multidimensional, multifacética y multimodal, que es el resultado de una colaboración entre la mente, el cuerpo, la emoción y lo etérico¹⁰ o espiritual (Nakkach, 2003).

El Yoga de la voz, integra la filosofía budista del Tíbet, trabajando con el *Nada Yoga*, que es el primer tipo de yoga de sonido (Ferro, 2008). Además, incluye aspectos del ritual vocal y la escucha profunda de los Sufi; elementos de la música Hindú; la teoría de Rudolf Steiner del tono etérico; tradiciones musicales indígenas; y las investigaciones contemporáneas sobre técnicas vocales (Nakkach, s.a.). Así, se trabaja con *mantras*, vocalizaciones, cantos chamánicos y ceremoniales, canto armónico, entre otros (Ferro, 2008; Nakkach, 2005).

¹⁰ Steiner (2010) utiliza la palabra etérico, no con respecto a lo que la ciencia llama éter, sino como una palabra que permite expresar la sutileza de uno de los cuerpos del ser humano –también presente en plantas y animales –, llamado cuerpo etérico, que corresponde al cuerpo vital que permite que “las sustancias y fuerzas del cuerpo físico se estructuren” (p.11).

5. METODOLOGÍA

El presente estudio se enmarca en la Psicoterapia Transpersonal. Es por esto que, como se señaló en la Introducción, a nivel metodológico se tomarán como guía los aspectos señalados por Daniels (2009), con respecto a la investigación en Psicoterapia Transpersonal. Estos refieren a: 1) recopilar datos relevantes, utilizando dentro de lo posible métodos empíricos; 2) utilizar términos, modelos y teorías, que permitan explicar el papel desempeñado por los factores psicológicos en los procesos transpersonales; 3) someter esto a una verificación crítica, mediante la evidencia; y 4) transmitirlo de una manera apropiada a la comunidad científica y el resto de las personas (Daniels, 2009).

Esta investigación es una memoria teórica que se considera como una primera aproximación al fenómeno estudiado, en tanto se ha observado escasa información sobre las potencialidades que posee el canto para ser utilizado en Psicoterapia Transpersonal. Además, se pretende con este estudio poder describir esta temática, brindando una propuesta de sistematización.

Para responder a la pregunta de investigación se utilizan dos fuentes, por un lado la revisión bibliográfica, y por otro, entrevistas a especialistas en el tema. Si bien esta memoria no pretende ser una investigación empírica, hace uso de entrevistas a especialistas, sólo como un complemento al material obtenido a partir de la revisión bibliográfica. Así, estas entrevistas se realizan con el objetivo de conocer las potencialidades que posee el canto, que le permitirían considerarlo como una herramienta terapéutica útil en Psicoterapia Transpersonal, a partir de la experiencia clínica de terapeutas que hacen uso de éste.

5.1. Procedimiento

Los procedimientos utilizados de acuerdo cada fuente fueron los siguientes:

5.1.1. Revisión bibliográfica

Para la revisión bibliográfica se acudió a diversas fuentes, dentro de las que destacan:

- Bibliotecas: bibliotecas de Ciencias Sociales, Filosofía y humanidades, y Música y Danza de la Universidad de Chile; bibliotecas de San Joaquín, Oriente, Teología, y de humanidades de la Universidad Católica; Biblioteca de Santiago; Biblioteca de Puente Alto; entre otras.
- Bases de datos: EBSCO, ProQuest Psychology Journals, SciELO, etc.

- Revistas: Psychology Journals, Academic Search Complete, Science Journal, etc.

Para la realización de la búsqueda, se utilizaron las siguientes palabras claves acordes a cada temática:

- Canto: canto, definición de canto, descripción fisiológica del canto, potencialidades del canto, etc.
- Psicoterapia Transpersonal: Psicología Transpersonal, Psicoterapia Transpersonal, fundamentos de la Psicoterapia Transpersonal, entre otras.
- Antecedentes de Oriente: canto armónico, canto de sobretonos, canto de oriente, *mantra*, canto de India, canto del Tíbet, etc.
- Antecedentes de Occidente: Canto Gregoriano, historia del Canto Gregoriano, canto y música en pueblos originarios, canto Inca, canto Maya, canto Azteca y canto Mapuche.
- Canto y terapia: cantoterapia, canto y terapia, terapia del canto, canto y psicología, terapia vocal, canto y Psicoterapia Transpersonal, canto y espiritualidad, etc.

5.1.2. Entrevista a especialistas:

En principio, el objetivo era entrevistar a psicólogos que se desempeñaran en Psicoterapia Transpersonal, los cuales utilizaran el canto como herramienta terapéutica. No obstante, debido a que no fue posible encontrar sujetos con dichas características, se decidió entrevistar a personas que utilizaran el canto como herramienta terapéutica asociado con la espiritualidad, puesto que como se ha expuesto anteriormente, la espiritualidad es un aspecto central en la Psicoterapia Transpersonal. De esta manera se logra contactar a tres profesionales.

Mediante las entrevistas se explora el trabajo que ellos realizan; los significados del canto; la espiritualidad; la unión del canto y la espiritualidad; las potencialidades del canto; las maneras en cómo se utiliza el canto; entre otros. Para esto se elaboró una pauta de entrevista, la cual es posible revisar en el apéndice M.

La descripción de los especialistas entrevistados y el procedimiento realizado con cada uno de estos, se describe a continuación:

A. Primer especialista

- Identificación: el primer entrevistado es un médico antroposófico chileno, que realizó los primeros dos años de formación del canto Werbeck en Brasil –son cuatro años–. Se decide entrevistarle, porque el fundamento teórico del Canto Werbeck es la

antroposofía, lo que implica que la espiritualidad está a la base del cantoterapia (Werbeck, 2002).

- Experticie: si bien el entrevistado no finalizó la formación en Canto Werbeck, utiliza el cantoterapia en ocasiones con alguno de sus pacientes medicos, y consigo mismo.
- Forma de contacto: el contacto con él fue en un primer momento, vía correo electrónico, luego de que una persona que lo conocía facilitara su e-mail. De esta manera, se le escribe contando sobre la realización de este estudio, y se le pregunta si él desea compartir sus conocimientos sobre cantoterapia.
- Características de la entrevista: la entrevista se realiza en su consulta el día 24 de diciembre de 2012; y tuvo una duración de cincuenta y cinco minutos.

B. Segundo especialista

- Identificación: la segunda especialista es una cantoterapeuta formada en Brasil en el Canto Werbeck, la cual pertenece a la primera generación de latinoamericanos y la primera chilena con esta formación.
- Experticie: la especialista emplea el Canto Werbeck de manera individual y grupal hace alrededor de 3 años en Chile.
- Forma de contacto: el contacto con ella fue en un primer momento a través de correo electrónico, el cual fue entregado por una persona que sabía que ella tenía la formación en Canto Werbeck. Se le escribe contando sobre la realización de este estudio, y si ella podía comentar con respecto a sus conocimientos y experiencia de cantoterapia.
- Características de la entrevista: a partir del contacto vía correo electrónico, se acuerda una reunión, la cual se realiza el día 09 de enero de 2013. Cabe señalar, que también participa de este encuentro una amiga de la entrevistada, quien actualmente cursa el segundo año de formación de canto Werbeck en Brasil, correspondiente a la segunda generación. No obstante, no se consideran sus aportes en el presente estudio. La entrevista tuvo una duración de una hora veinte minutos.

C. Tercer especialista

- Identificación: la tercera especialista, corresponde a una psicóloga argentina, que realiza Terapia del Canto.

- Experticie: la entrevistada utiliza el canto hace más de veinte años en psicoterapia individual y grupal en Argentina.
- Forma de contacto: fue contactada a través de una psicóloga transpersonal argentina, la cual es conocida de una académica de la Universidad de Chile. Ésta académica facilitó su correo electrónico, por lo que en un primer momento el contacto fue con dicha psicóloga, a quien se le escribió consultándole si utilizaba el canto para trabajar en Psicoterapia Transpersonal o si conocía a alguien que ella pudiese sugerir que utilizará éste. A partir de lo anterior, ella responde que no lo emplea, pero que conoce a otros psicólogos que lo desarrollan hace años. Así, facilita un correo electrónico en el que se puede tener contacto con ambos. Se les escribe un mail contándoles sobre la realización de este estudio, y si ellos podrían comentar sobre lo que realizan para aportar a éste. Luego, responde uno de ellos –la psicóloga que posteriormente se entrevistó–, y se coordina un encuentro a través de internet, debido a que reside en Argentina.
- Características de la entrevista: la entrevista se realiza a través del software Skype, que permite realizar llamadas con audio y video por internet. Se desarrolla en dos momentos: primero el 13 de marzo de 2013 y luego se continúa el día 15 del mismo mes. La duración fue de una hora y tres minutos, en la primera ocasión; y treinta y tres minutos en la segunda.

5.2. Análisis

Para realizar el análisis, en un primer momento se sistematizó la información obtenida a partir del discurso de los entrevistados, mediante categorías. De esta manera, las categorías emergentes se pueden dividir en tres: Ser humano y espiritualidad, definición de canto, y potencialidades del canto. Éstas se abordan con mayor profundidad en el apartado siguiente: Resultados entrevistas a especialistas.

Además de efectuar esta sistematización de las entrevistas, se realiza una revisión exhaustiva del material teórico obtenido. Y finalmente, se desarrolla un análisis integrando el aporte de ambas fuentes utilizadas.

6. RESULTADOS ENTREVISTAS A ESPECIALISTAS

A continuación se presentan los principales discursos vertidos en las entrevistas realizadas a tres especialistas en el tema. Se organiza la información de acuerdo a tres categorías, que son las emergentes: Ser humano y espiritualidad, definición de canto, y potencialidades del canto. En el siguiente esquema se presentan las categorías con sus respectivas subcategorías:

Categorías y subcategorías
1) Ser humano y espiritualidad
<ul style="list-style-type: none"> a) Visión del ser humano b) La espiritualidad es el Ser c) Búsqueda espiritual
2) Definición de canto
<ul style="list-style-type: none"> a) Multidimensionalidad del canto b) El canto como expresión de la persona
3) Potencialidades del canto
<ul style="list-style-type: none"> a) Es terapéutico b) Permite conexión c) Genera estados no ordinarios de conciencia d) Presenta múltiples aplicaciones

1) Ser humano y espiritualidad

Con respecto a esta categoría fue posible distinguir tres subcategorías: visión del ser humano, Ser y espiritualidad, y búsqueda espiritual.

a) Visión del ser humano

Se pudo observar que los tres entrevistados presentan una visión de ser humano bastante similar, en la cual el ser humano es un ser espiritual que se encarna en un cuerpo físico. En relación a esto último, se aprecia que los entrevistados creen en la reencarnación. Un ejemplo de esto lo da el primer especialista entrevistado, en la

siguiente cita: “...partimos de la base de que el ser humano es un ser espiritual que tiene una corporalidad física transitoria y cuando el ser humano muere sigue existiendo...”.

b) La espiritualidad es el Ser

A su vez, los entrevistados concuerdan en que la espiritualidad está dentro de las personas, y que de alguna manera las define. Así lo expresa la segunda entrevistada en: “...dónde está más situada la espiritualidad, en la individualidad, ¿cierto? Aquello que es llamado yo. Entonces en ese yo está el ser espiritual en esa persona, lo que lo hace único y diferente. (...) la espiritualidad, que es aquello que te hace único y especial, a ti, a mí, a todo. Si uno reconoce la espiritualidad en uno, también la puede reconocer en el del al frente”.

Al respecto, cabe señalar que la tercera entrevistada señala que esta esencia se ve teñida por experiencias o modelos mentales, que ella los denomina como los lados oscuros del Ser –distinguiéndolos de la parte luminosa que sería el Ser espiritual–, como se muestra en la siguiente cita: “Aspectos negativos tienen que ver con nuestros lados oscuros, aspectos positivos tienen que ver con la luz, con el Yo Soy (...) con el ir despejando ese ser bello que sos. Oscurecidos por experiencias o modelos mentales, ¿eh?, difíciles, complicados que... o rígidos, en fin (...) En este punto considera que nuestro ser profundo, nuestro ser espiritual, ¿sí?, esa chispa divina, ese Yo Soy, siempre es perfecto”.

c) Búsqueda espiritual

Ligado a lo anterior, los entrevistados concuerdan en que la búsqueda espiritual no es hacia afuera, sino que más bien hacia dentro del Ser, esto es, encontrándose consigo mismo. Lo que se aprecia claramente en la siguiente cita de la tercera entrevistada: “Y el objetivo más profundo es ir conectando con el Yo Soy, es decir, con la parte más luminosa, con la parte, digamos más espiritual, porque hoy tenemos que hablar de lo espiritual dentro de la terapia, no lo religioso, pero sí lo espiritual (...) no queremos que nadie abandone su religión, pero sí lo que pretendemos es que una persona para estar feliz y para realizarse, tienen que estar conectadas con su ámbito espiritual, ¿eh?, con su chispa luminosa diríamos.(...) su chispa creativa, su monada, en fin hay diferentes nombres para eso”.

2) Definición de Canto

En cuanto a la definición de canto, emergen dos subcategorías: por un lado que es multidimensional y por otro, que es expresión de la persona.

a) Multidimensional del canto

Los tres entrevistados concuerdan en que el canto es multidimensional, en cuanto implica los distintos aspectos de la persona. De esta manera, cantar reúne no sólo lo físico, también lo mental, emocional y espiritual.

En relación al ámbito emocional, la segunda entrevistada comenta: *“... en cuanto uno comienza a cantar (...) se abre lo emocional. El canto enseguida conecta con el plano emocional”*.

Lo físico se observa en la siguiente cita de la tercera entrevistada: *“Cuando tú cantas necesitas apoyar, apoyarte en el diafragma, o sea empezar a trabajar de lo corporal, ¿verdad?, para que puedas sostener de repente la voz (...) y todo el trabajo que hay que hacer con el aire, eh... es muy importante, y ya es un trabajo que entra en lo físico”*.

En cuanto al plano mental, la tercera entrevistada refiere: *“Entonces en relación a las letras tienen un carácter psicoeducativo, ¿eh?. Ayudan... sí... digamos si yo tengo miedo, por ejemplo, y reconozco que tengo miedo, reconozco como una emoción presente en mi campo mental el miedo, entonces yo canto una canción para quitar el miedo”*.

Por su parte, el primer entrevistado alude en relación al ámbito espiritual: *“...el canto de por sí permite la conexión, porque nunca lo espiritual ha estado desconectado de lo físico, esa es una fantasía que tenemos (...) el canto es espiritualidad”*.

b) El canto como expresión de la persona

Los entrevistados concuerdan en que las personas expresan implícitamente los distintos ámbitos de su Ser, no sólo al cantar, sino que desde que ingresan a la consulta. Así lo refiere la segunda entrevistada cuando señala: *“Entonces tú con tu propio diagnóstico, más tu propia impresión, más la lectura que tú haces de cómo... de una serie de detalles de cómo entra a tu sala, cómo... cuál es el registro que tiene, cómo habla contigo, si habla bajo, si habla alto... un montón de detalles que tú ves en ese encuentro”*.

Asimismo, la tercera entrevistada agrega que cuando la voz está desarmonizada, es porque la persona está desarmonizada, y ésto se expresa en su canto.

3) Potencialidades del canto

En esta categoría se consideran 4 subcategorías que señalan que el canto tiene la potencialidad de que: es terapéutico, permite conexión, promueve estados no ordinarios de conciencia y presenta múltiples aplicaciones.

a) Es terapéutico

Se rescata como primera potencialidad aquella que señalan en múltiples ocasiones los entrevistados y que de alguna manera también comprende las implicaciones siguientes, la cual tiene relación con que el canto es terapéutico, por tanto tiene la facultad de poder sanar.

En este sentido, los tres entrevistados concuerdan en el poder curativo que posee el canto, como lo hace explícito el primer entrevistado cuando señala: *“...para mí la acción de cantar, involucra un proceso curativo de por sí. Las fuerzas de, de, del canto generan un movimiento que es absolutamente curativo y armonizado. (...) en los diferentes aspectos de la vida, pero como médico yo te puedo decir que eso es lo que yo veo, que tiene un efecto armonizador y como es armonizador es curativo, absolutamente curativo”*. Al respecto, la segunda entrevistada agrega que: *“El canto (...) es terapéutico por sí mismo, porque el arte en general es terapéutico... (...) Entonces el canto en ese sentido va haciendo como una capa protectora, va entregando fuerza etérica¹¹ para que este cuerpo pueda ir haciendo el proceso de sanación. Entonces son ejercicios que están dirigidos a armonizar al hombre...”*.

Además, los entrevistados señalan que con la primera vez que la persona cante ya genera un cambio, puesto que como lo expresa la tercera entrevistada: *“... a veces los tratamientos son muy largos y la persona sigue sufriendo mucho tiempo, es como displacentero ir a terapia (...). En cambio cuando uno hace este trabajo desde el canto, la persona ya percibe que puede estar diferente”*.

¹¹ Se recuerda al lector, que para Steiner (2010) lo etérico, alude al cuerpo sutil o vital de las personas.

b) Permite conexión

A partir de lo señalado por los entrevistados, se puede apreciar que cantar puede implicar una conexión en tres niveles: con uno mismo, con otras personas y con otras entidades espirituales. Debido a que cada conexión es distinta, se considera necesario profundizar en cada una, como se expresa a continuación:

Conexión interior:

En relación a lo señalado previamente, de que lo espiritual expresa la esencia del Ser y que cantar es espiritualidad, una de las potencialidades que posee el canto es que permite la conexión con uno mismo, lo que conlleva a su vez la posibilidad de expresar el Ser de la persona. De esta manera, lo muestra la segunda entrevistada en lo siguiente: *“...porque el canto te conecta (...) Y uno como ser humano tiene esa capacidad de transmitir a través del canto algo que llevas dentro del alma, entonces tu singularidad está expresada a través del canto y eso es lo bello del canto”*. Al respecto la tercera entrevistada, agrega que: *“... a medida que va avanzando la persona en el tratamiento con el canto, comienza a salir una voz más profunda, más dulce, más del alma (...) una voz más personal diríamos”*.

Conexión con otras personas:

Además de la conexión con uno mismo, los entrevistados reconocen que el canto también te permite conectarte con otras personas. Así lo plantea la segunda entrevistada en: *“...porque el canto te conecta y no te conecta sólo a ti, sino que te conecta en otros también, tú eres capaz a través del canto de transmitir emociones, de ser capaz a través del canto de tocar al otro en lo sensible del otro.”*

Conexión con otras entidades espirituales:

A su vez, para los entrevistados el canto permite conectarse con otras entidades espirituales, como por ejemplo de la naturaleza, como lo expresa la tercera entrevistada en: *“...entonces yo canto una canción para quitar el miedo. Por ejemplo evoco el agua de un arroyo y canto pidiéndole al agua que me saque el miedo (...) que son los grandes maestros”*. En esta misma línea, el primer entrevistado refiere que: *“El canto hace manifiesta la conexión con entidades espirituales”*.

c) Promueve estados no ordinarios de conciencia

En general los tres entrevistados expresan de alguna manera que el canto promueve el acceder a otros estados de conciencia, ya sea refiriendo que los “eleva” o planteando que se produce una modificación en las ondas del cerebro, similar a los estados de meditación.

El término de elevarse lo usan los primeros dos entrevistados, en frases como: *“...a mí en general el canto me eleva (...) uno se pone a cantar y al tiro se prenden las venas...”*, que fue señalado por la segunda entrevistada.

Por otro lado la tercera entrevistada refiere: *“...el tema es que cuando uno canta produce este trabajo a nivel físico, también a nivel de... de los hemisferios cerebrales, porque el canto tiene una capacidad que es permitirnos entrar en un estado de ondas vibratorias alfa. Las ondas alfa del cerebro (...) ondas beta, son estas que estamos utilizando ahora; ondas alfa son las que te llevan a un estado de meditación, ¿ya?. Entonces qué es lo bueno de... eh... entrar en alfa. Primero es que implica un estado de relajación, de apertura; y otro, otra cosa muy importante es que te permite reprogramar patrones negativos”*.

d) Presenta múltiples aplicaciones

Los tres entrevistados concuerdan en que el canto es multifuncional, en tanto tiene potencialidades para utilizarse en variadas afecciones, en distintas edades y en personas con características diversas. Así lo expresan frases como las de la segunda entrevistada en: *“Tú puedes trabajar con enfermos de cáncer, con niños, con embarazadas, con el ser humano”*.

Asimismo, el primer entrevistado menciona: *“...el canto uno puede decir que tiene indicaciones (...) preventivas, terapéuticas y hasta de rehabilitación; o sea tiene aplicaciones en todos los niveles”*. Conjuntamente, la tercera entrevistada refiere que puede ser compatible con cualquier terapia.

Por último, cabe señalar que los entrevistados también consideran que existen casos en los que el canto se debe utilizar teniendo mayor precaución, desarrollando una estrategia adecuada para utilizarlo. Por ejemplo si la persona tiene fobia a éste, si se

encuentra imposibilitada para cantar por algún padecimiento físico, si presenta algún tipo de psicosis, entre otras.

7. DISCUSIÓN Y CONCLUSIONES

En este apartado se presentan los principales hallazgos y reflexiones, que surgieron en el presente estudio. Se realiza una síntesis que integra tanto el material teórico de la revisión bibliográfica, como el empírico de las entrevistas; junto con algunos comentarios. Además, se dan a conocer los principales aportes, limitaciones y proyecciones de este estudio.

Se recuerda al lector, que la presente investigación fue diseñada con el fin de describir y analizar las potencialidades que posee el canto para ser utilizado en Psicoterapia Transpersonal. Para esto, como se ha mencionado anteriormente, se utilizó como recurso metodológico dos fuentes: por un lado la revisión bibliográfica y, por otro, a modo de complemento, la entrevista a tres especialistas en el tema.

Se encontraron dos hallazgos principales en este estudio. El primero, es con respecto al alto grado de relación que existe entre el canto y la espiritualidad, lo cual ha sido expuesto a lo largo de este trabajo, mediante lo descrito por autores como Goldman (2010), Le Mée (1995), Nakkach (2003), Silnik (2011), Wilfart (1999), Werbeck (2002) y Zampa (2011) y, posteriormente reafirmadas por los especialistas entrevistados, tal como se presenta en el apartado de los resultados de las entrevistas.

Un segundo hallazgo, es que sería posible considerar el canto como un instrumento útil para ser utilizado en Psicoterapia Transpersonal. Esto surge en tanto las potencialidades que presenta el canto son compatibles con varios supuestos teóricos y filosóficos de esta psicoterapia, expuestos por Cortright (1997, citado en Jorquera, 2002). Estas potencialidades pueden ser agrupadas en seis ejes temáticos, que corresponden a los siguientes: abordaje biopsicoespiritual; expresión de la persona; conexión interior; acceso a estados no ordinarios de conciencia; autosanación; y trabajo en los primeros niveles del espectro de conciencia de Ken Wilber. Es posible considerar estos ejes –de manera tentativa–, como un modelo explicativo que describe las potencialidades del canto para ser utilizado en Psicoterapia Transpersonal. Cabe destacar, que dicho modelo está sujeto a modificaciones, a partir de las investigaciones posteriores que complementen el presente estudio.

Otro aspecto importante de señalar, es que llama la atención el alto grado de coincidencia entre los discursos de los entrevistados; y a su vez, de éstos con la revisión

teórica presentada –lo que se describirá en los párrafos siguientes–. Se reitera que fueron sólo tres entrevistados, por lo cual dicha apreciación debe tomarse con precaución y ser poco representativa. Por esto resulta fundamental el desarrollo de futuras investigaciones que incluyan más entrevistados.

Una vez descritos estos hallazgos, considerados como los más relevantes, a continuación se desarrolla cada eje temático que permite integrar el canto, a partir de sus potencialidades, dentro de la Psicoterapia Transpersonal.

1) El canto permite trabajar con el ser humano de manera biopsicoespiritual

Para la Psicoterapia Transpersonal, el ser humano se constituye como un ser biopsicoespiritual (Fiscalini, 2009). Es por esto, que autores como Sassenfeld (2002b) y Walsh y Vaughan (1982d) señalan que dentro de esta psicoterapia se utilizan estrategias que permiten abordar los distintos aspectos del ser humano, esto es: el cuerpo, las emociones, la mente y el espíritu. Los entrevistados coinciden en que el canto permite trabajar con las personas en estos cuatro niveles, destacando esta característica multidimensional. Asimismo, desde la revisión bibliográfica, autores como Ferrer (2008) comentan sobre la dimensión física del canto; Wolfram y Wendler (1982) aluden a los procesos mentales asociados; Lacárcel (2003) se refiere sobre los aspectos afectivos y emotivos que involucra; y Zampa (2011), señala que el canto implica la espiritualidad de la persona. Nakkach (2003) aúna estas ideas, al concebir la voz como una totalidad multidimensional, que es el resultado de una colaboración entre la mente, el cuerpo, la emoción y lo espiritual. En este sentido, el canto poseería la particularidad de poder trabajar con el ser humano de manera biopsicoespiritual, sin necesidad de utilizar una técnica distinta para lo mental, otra para lo físico, otra lo emocional y una diferente para el plano espiritual. Es importante destacar que la manera en cómo se trabaje el canto hará posible dar mayor énfasis a los ámbitos que se estimen conveniente, que tendrá que ver con el objetivo terapéutico que se tenga.

Por otro lado, se resalta que si bien dentro de la Psicoterapia Transpersonal se consideran los distintos ámbitos del ser humano, la espiritualidad es una característica definitoria de su naturaleza, siendo su núcleo interior o ser real, como señala Maslow (1982). Los resultados encontrados en los discursos de los entrevistados, van en esta misma línea, en tanto los tres coinciden en que el ser humano es un ser espiritual, que

está encarnado en un cuerpo físico. Esto resulta relevante, puesto que los entrevistados concuerdan con la visión de la Psicoterapia Transpersonal, aún cuando ninguno se define como psicoterapeuta transpersonal.

2) El canto hace manifiesto el estado actual de la persona.

La facultad anteriormente descrita le proporciona al canto otra característica particular, la cual se relaciona con lo que el canto expresa cada vez que es emitido. Esto, puesto que si bien cantar implica los distintos ámbitos de la persona, éstos al mismo tiempo se expresan en el canto. En este sentido, Le Mée (1995) menciona que cada voz tiene su particularidad propia, la cual está sujeta a modificaciones de acuerdo con el estado mental, físico, emocional y espiritual de la persona. Para Webeck (2002) se puede observar el estado actual de la persona, al escuchar su voz, es por esto que en el Canto Werbeck, se utiliza como un tipo de diagnóstico. Este aspecto, también ha sido destacado por Wilfart (1999), quien señala que el canto permite conocer a la persona física y psicológicamente. Los entrevistados concuerdan con lo anterior, puesto que señalan que es posible apreciar la desarmonía que tienen las personas con escuchar su canto, y de esta manera, ver el proceso en como la persona llega a expresar su real voz, al estar armonizado.

De esta manera, el canto como medio de expresión permite observar el estado actual de la persona, ya sea si presenta alguna dolencia física; si tiene dificultades para conectar las ideas; si hay alguna emoción predominante; o qué tan conectada está con su espiritualidad.

Así, el canto se puede utilizar como una herramienta que permite hacer una primera aproximación diagnóstica, no con el fin de etiquetar, sino que más bien con la finalidad de poder observar a la persona en el momento actual. Esto puede ser contrastado durante el tratamiento, pudiendo observar una evolución. Cabe señalar, que dicha evolución no tiene que ver con algo estético, es decir, que haya una mejoría en la técnica vocal –lo que no quita que eso sí pueda ocurrir–. No obstante, lo importante es mirar lo que expresa la persona de sí misma en ese canto.

En esta línea, para ampliar el estudio sobre el canto, sería interesante realizar investigaciones longitudinales que permitan apreciar la evolución de la voz de la persona, y cómo ésta se asocia a los cambios percibidos en lo físico, mental, emocional y

espiritual. Estas investigaciones pueden desarrollarse considerando los significados de los consultantes que utilizan el canto en sus psicoterapias, y ser triangulado con la percepción de los terapeutas que facilitaron el proceso. Además, también se considera necesario poder profundizar con respecto a qué aspectos específicos del canto dan cuenta de cada ámbito de la persona. Es por esto, que también se propone la realización de estudios que permitan sistematizar, de alguna manera, cuándo un tipo de voz refiere a un aspecto específico. Por ejemplo, ¿de qué manera es la voz de una persona que está siendo afectada por una emoción intensa, o por un malestar físico?. En este sentido, una descripción más detallada del fenómeno, permitirá poder generar ciertos patrones a seguir por los terapeutas, y de esta manera, permitir un consenso. Cabe señalar, que aún cuando se busque generar un modelo consensuado, esto no debe pretender asumir que todas las personas son iguales, y por ende generar un patrón unidireccional. Sería sólo una guía, la cual necesariamente debe ser contrastada con la realidad.

3) El canto permite conectarse con el Ser

Cortright (1997, citado en Jorquera, 2002) señala que uno de los fundamentos de la Psicoterapia Transpersonal es que promueve que la persona se contacte con la fuente interna más profunda de sabiduría, a través de la búsqueda espiritual. En relación a esto, el proceso de cantar puede permitir que la persona se conecte consigo misma, con su propio Ser. Esto lo postulan, autores como Werbeck (2002), en tanto plantea que el canto no es algo que tiene que ser entrenado, sino que es algo que tiene que ser liberado; Wilfart (1999), aludiendo a que el canto permite un retorno al centro, a lo espiritual; y Nakkach (2003) expresando que el canto conecta con lo divino. Probablemente, es por esto Silnik (2011) destaca que la voz es el instrumento más natural y propio de las personas, el cual proviene desde su interior.

Este aspecto también es destacado por los tres entrevistados, quienes concuerdan que una de las potencialidades que posee el canto es que permite la conexión con el interior, con la espiritualidad de la persona; lo que conlleva la posibilidad de expresar el Ser auténtico de ésta. Así, señalan que en la medida que el proceso de canto se desarrolla, es posible encontrarse con la voz real del Ser.

En relación a este punto, surgen varias interrogantes con respecto a la forma en cómo es esa conexión, de qué manera es posible y qué implica ésta para el sujeto. En

este sentido, sería interesante realizar un estudio que permita comprender esta conexión a partir de la vivencia de los mismos sujetos que utilizan el canto a nivel terapéutico. Además, a partir de esto se podría observar cómo apoyar el proceso con el resto de las herramientas presentes en la Psicoterapia Transpersonal.

4) El canto facilita acceder a estados no ordinarios de conciencia

Dentro de la psicología transpersonal, se reconoce la potencialidad que tiene el experimentar diversos estados de conciencia (Walsh y Vaughan, 1982a). Además, como postula Cortright (1997, citado en Jorquera, 2002) los estados no ordinarios de conciencia, son una manera de acceder a experiencias transpersonales, las que promoverían la sanación y el crecimiento. El canto tiene un fuerte potencial para lograr este objetivo, pudiendo inducir este estado sin necesidad de estímulos farmacológicos y con los propios recursos de la persona. Así lo plantean autores como Andrews (1993), quien a partir de diversos estudios, afirma que el canto puede alterar los ritmos del corazón, la respiración y las ondas cerebrales. En esta misma línea, Goldman (2010) destaca esta facultad, mencionando estudios realizados con cantos armónicos y con cantos de *mantra*, en los que se ha observado que dichos cantos pueden cambiar las ondas cerebrales del cerebro a ondas alfa, pudiendo alterar la conciencia. Pérez de Arce (2007) también destaca lo anterior, en cuanto al pueblo Mapuche, en donde el canto permite a la *machi* acceder a estados de trance. Afirmaciones similares, son descritas por los entrevistados, que por un lado también aluden a la modificación de las ondas cerebrales; y por otro, se refieren a que el canto, en sus palabras: “los eleva”.

Grof (2001) agrega a lo anterior, que la música, y en este caso el canto, también puede brindar una sensación de continuidad y conexión a lo largo de los diversos estados de conciencia; lo que es altamente beneficioso en un tratamiento psicoterapéutico.

En este sentido, el canto posee un fuerte potencial para acceder a estados no ordinarios de conciencia, no obstante aún quedan dudas sobre la manera en que el canto permite acceder a estos estados, y en esta línea, ¿cómo tiene que ser el canto para generar esto y qué condiciones se requieren?. Por ejemplo, ¿qué tipo de respiración será necesaria?, ¿será un canto con un ritmo acelerado o lento?, ¿requerirá una letra específica o un volumen particular?, etc. Así, es importante el desarrollo de

investigaciones sobre el canto y los estados no ordinarios de conciencia; para poder ser utilizado de una manera óptima en Psicoterapia Transpersonal.

5) El canto permite trabajar en los primeros niveles del espectro de conciencia de Wilber

A partir de las potencialidades descritas, es posible plantear que el canto puede ser utilizado para trabajar en los dos primeros niveles de conciencia expuestos por Wilber (1982). Es por esto que a continuación, se da como propuesta el uso del canto por nivel, justificando la cualidad que le permitiría ser utilizado en ese nivel de conciencia específico.

Nivel de la sombra:

En este nivel la persona se identifica con una imagen de sí misma errónea y empobrecida, al excluir las características de sí mismo que le resultan demasiado dolorosas, lo que corresponde a contenidos de la llamada Sombra¹² (Wilber, 1982).

El aporte del canto en este nivel, está asociado a la segunda potencialidad mencionada anteriormente, en tanto el canto permite mostrar implícitamente contenidos que la persona desea ocultar. Puesto que como se señaló previamente, el canto mostrará el estado actual del sujeto, a nivel emocional, físico, mental y espiritual. De esta manera desde lo vivencial, sería posible poder conectar al sujeto con aquellos ámbitos de su Sombra, para luego llevarlos a la elaboración y resignificación en la terapia.

Con respecto a los entrevistados, en el discurso de la tercera especialista fue posible observar que para ella la persona presenta una parte luminosa, que se ve interferida por una parte oscura. Ella refiere que esta parte oscura, son aquellas experiencias o modelos mentales, que son difíciles, complicados o rígidos, los cuales oscurecen a la parte luminosa. Lo anterior, podría ser interpretado como la Sombra en cuanto a las palabras que utiliza para referirse a esto –que ella llama “lados oscuros”–, sin embargo, no se profundiza mayormente en esta idea, por lo que no queda claro si con

¹² Se le recuerda al lector, que la Sombra representa aquellas características que la personalidad consciente no desea reconocer, relegándola a la parte inconsciente; y que en palabras de Jung es “lo que una persona no desea ser” (Zweig y Abrams, 1991, p. 16).

esto se refiere a la Sombra –que son contenidos inconscientes–, o al ego¹³ –contenidos conscientes–. En cuanto a los otros entrevistados, no se observa en sus discursos contenidos que aludan a la Sombra.

De esta manera, la posibilidad de trabajar en el nivel de la Sombra es una propuesta en base a la integración teórica, que sería interesante corroborar empíricamente. Por lo que se sugiere a futuras investigaciones que puedan ir en la línea de lo empírico, y puedan observar de qué manera el canto permite trabajar la Sombra, bajo qué circunstancias, y a qué contenidos específicos de la Sombra es posible acceder

Nivel del ego:

En el nivel del ego, el sujeto considera prioritariamente como su sí mismo, la psique o ego, por lo que no considera mayormente su cuerpo físico como parte de su Ser (Wilber, 1982).

Aquí la potencialidad que posee el canto está relacionada con la primera que se ha expuesto, en tanto a que el canto permite trabajar con el ser humano de manera biopsicoespiritual. En esta línea, los entrevistados plantearon que el canto posibilita conectar a la persona con los distintos niveles que la componen –mental, físico, espiritual y emocional–.

Así, en este caso el terapeuta que guía el proceso, puede direccionar que el canto contacte a la persona con ámbitos de sí misma distintos a los habituales de psicoterapia –emocional y mental–, pudiendo conectarse también con el ámbito corporal y espiritual. Por ejemplo, en relación a lo corporal –que es un aspecto que no se considera mayormente en el nivel del ego–, el trabajo puede ir enfocado en sentir la respiración, en sentir cada músculo implicado en el proceso de la fonación, etc. Y mostrarle a la persona, que si el cuerpo no participa del proceso de canto, difícilmente se puede entonar una canción. A partir de esto, se promueve que la persona vuelva a vivenciarse a nivel corporal, como parte constitutiva de su Ser.

En resumen, a partir de lo expuesto el canto daría la posibilidad de poder trabajar en los dos primeros niveles del espectro de conciencia planteado por Wilber (1982). Si bien

¹³ Como fue definido anteriormente, “el ego es una constelación de conceptos sobre uno mismo y de imágenes, fantasías, identificaciones, recuerdos, subpersonalidades, motivaciones, ideas, (...) lo que creemos ser”. (Vaughan, 1993, p.46).

sólo se profundiza con respecto a estos dos, se postula que un trabajo más profundo con la persona a través del canto, puede permitir incluso llevarlo al nivel de la mente, en el cual la persona se identifica con el universo y el todo, pasando a ser el todo (Wilber, 1982). Así lo refieren autores como Nuag (2003), que plantea que es posible acceder a la experiencia de unidad total con todos los seres, a través de algunos *mantra*. Al respecto, sería interesante desarrollar estudios posteriores que permitan evaluar la potencialidad del canto para trabajar cada nivel del espectro de conciencia de Wilber, y de qué manera se debiese abordar éste para cada uno.

6) El canto promueve la autosanación

Como señala Vaughan (1982), dentro de la Psicoterapia Transpersonal, se enfatiza que las personas pueden autocurarse, por lo que las técnicas que se utilizan las capacitan para que puedan conectarse con sus propios recursos internos, puesto que la sabiduría propia del organismo comenzará a fluir. A su vez, también se apela a que la persona sea capaz de asumir la responsabilidad de sí mismo en el mundo y en las relaciones (Vaughan, 1982). Es por esto, que el canto también se considera como una herramienta apropiada para potenciar ambos objetivos, en tanto es una técnica, que aún cuando es el terapeuta el que la facilita a lo largo del proceso, son las propias personas las que lo desarrollan. Son ellos mismos quienes hacen uso de su propio cuerpo, de su mente, sus emociones y su espíritu para poder cantar. Y es un instrumento que llevan consigo a cualquier lugar.

En este sentido, cada vez que los terapeutas facilitan que la persona se conecte con su Ser al cantar, estimulan el proceso de autosanación y de que las personas tomen conciencia de que está en ellos lo necesario para realizarlo. Conjuntamente, así como se señala en la descripción del canto y lo refieren los entrevistados, el canto con sólo ser emitido genera estados placenteros. Así, por ejemplo cuando la persona sienta que está agobiada por alguna emoción intensa, puede comenzar a cantar y emplear las técnicas – que ella haya descubierto en la terapia- le sirven en ese momento. Puesto que quizás, pudo observar que cuando cantaba con cierto tipo de ritmos y/o melodías, lograba expresar mayormente las emociones, o lograr calma. Entonces, podría hacer uso de las herramientas que ha aprendido, y que le hacen más sentido a su Ser, de acuerdo a cada momento. Lo mismo puede ocurrir, cuando la persona siente que está muy enfocada en el plano mental, y se siente desconectada del ámbito físico.

Por lo tanto, más que una técnica psicoterapéutica, el canto pasa a ser una herramienta que las personas podrán usar no sólo en la terapia y en el tiempo en el que estén llevando una terapia. Podrán emplearlo cada vez que lo deseen y cuenten con lo apropiado¹⁴ para realizarlo.

Concluyendo con las potencialidades que posee el canto para ser utilizado en la Psicoterapia Transpersonal, es posible plantear que los objetivos de esta investigación se cumplieron a cabalidad, y que si bien la pregunta pudo ser respondida principalmente a nivel teórico, las entrevistas a especialistas enriquecen aún más la investigación, al dar una mirada empírica de la teoría. Aunque se reitera que ésta mirada se restringe a tres casos únicamente.

7.2. Aportes, limitaciones y proyecciones

Como se ha mencionado, esta investigación se considera como una primera aproximación al fenómeno estudiado, en tanto existía escasa información con respecto a las potencialidades del canto para ser utilizado en Psicoterapia Transpersonal. A su vez, con este estudio se ha pretendido entregar, una sistematización de la información recabada al respecto. Es por esto, que uno de los principales aportes que hace esta investigación es a nivel teórico. Conjuntamente, como una primera aproximación investigativa, se espera poder contribuir en la generación de nuevas líneas de trabajos para futuras investigaciones, que permita profundizar en las interrogantes que se desprendan de este estudio, así como en otros vinculados; aportando en las investigaciones en el marco de la Psicoterapia Transpersonal. Asimismo, su aporte también trasciende a lo clínico, puesto que aborda una herramienta que los psicoterapeutas pueden emplear para sí mismos y las personas que atiendan. Por último, las contribuciones a nivel teórico, investigativo y clínico, permiten contribuir en el ámbito académico, en tanto permiten dar un primer paso de validación de esta temática, para que posteriormente –luego de más investigaciones al respecto– pueda ser presentada dentro de la formación de psicólogos y se desarrollen formaciones más especializadas a través de magister y doctorados.

¹⁴ Lo “apropiado” tiene que ver con que hay momentos en los que las personas se ven imposibilitadas para cantar, ya sea porque presentan alguna afección en su aparato fonador –por ejemplo, laringitis, bronquitis o faringitis–, o que se encuentre en un estado que la imposibilite realizar movimientos corporales autónomos –por ejemplo, si se encuentra en estado de coma-. En esos casos, pueden ser otros quienes le canten a la persona.

No obstante, es importante destacar que esta investigación no ha estado exenta de adversidades y limitaciones. En primer lugar, en el contexto académico en el cual surge esta investigación, el canto era escasamente conocido por sus efectos terapéuticos, quedando reducido a su ámbito musical. Así, fue posible encontrar sólo una Memoria referida al canto y la psicología, en la Universidad de Chile –universidad a la cual también pertenece esta investigación–, la cual fue desarrollada el año 2012¹⁵. Es por esto que la búsqueda se enfocó predominantemente a escuelas de música para obtener el material necesario. A su vez, en estas escuelas el material que aludiera a lo terapéutico era bastante escaso, por lo que constantemente se pretendió poder aunar el material que la psicología y la música entregaban de manera parcelada. Lo que por cierto, generó una búsqueda por alrededor de 7 meses.

Por otro lado, así como es un tema poco conocido, existen en Chile pocas personas que lo utilicen para hacer terapia, lo que podría explicar la dificultad para encontrar psicólogos clínicos a quienes poder entrevistar. Pese a esto, se logró desarrollar tres entrevistas con especialistas, dos chilenos y una argentina.

En este sentido, esta memoria pretendió de alguna manera poder llenar un vacío teórico, para que existiese un piso sólido en el cual poder sostenerse las futuras investigaciones. Sin embargo, como primera aproximación, se restringió de alguna manera la posibilidad de poder profundizar mayormente en ciertas temáticas, surgiendo varias interrogantes, que se espera puedan ser desarrolladas más adelante. Si bien algunas de estas interrogantes ya han sido presentadas a lo largo de este apartado, a continuación se exponen con mayor profundización.

En primer lugar, la presente investigación no logra dar cuenta sobre la manera en que se puede abordar el canto para trabajar los distintos aspectos del ser humano, por lo que surgen interrogantes, sobre la forma específica en que se puede trabajar. Así, se propone que futuras investigaciones puedan profundizar al respecto, brindando una pauta de posibles intervenciones con el canto, según los objetivos que se tengan. Para esto sería necesario realizar investigaciones empíricas, por ejemplo mediante metodologías cualitativas que permitan evaluar los efectos subjetivos en personas con las que fueron

¹⁵ La memoria tiene como título: “El valor psicoterapéutico del trabajo de canto desde la relación cuerpo-psiquis: una mirada desde la psicoterapia corporal reichiana” de Magaly Cruz, la cual está señalada en las referencias de este estudio.

utilizadas distintas formas de emplear el canto, ya sea con vocalizaciones, improvisación, canto armónico, enunciando mantras, entre otras. En este sentido, sería interesante saber de qué manera se utilizarían estas modalidades, por qué utilizar unas y no otras en ciertos casos; y para qué temas específicos serían más útiles ciertas técnicas.

Además, sería interesante observar la compatibilidad del canto con el resto de las herramientas que se utilizan en Psicoterapia Transpersonal. Por lo que también, se considera relevante realizar estudios posteriores en esta línea.

Asimismo, surgen dudas con respecto a la formación de los terapeutas, puesto que no basta con saber cognitivamente que el canto tiene potencialidades para ser trabajado, requiere que el terapeuta vivencie el canto y que sepa trabajar éste consigo mismo primero, para poder facilitar el trabajo de otro. Al respecto, resulta esencial investigar sobre lo necesario para la formación de los terapeutas que empleen el canto.

Conjuntamente, en esta investigación se dio énfasis a los antecedentes del canto en Oriente y Occidente, como una manera de poder contextualizar el canto. Sin embargo, dado que la investigación se restringía a las Potencialidades del canto en la Psicoterapia Transpersonal, no fue posible retomar mayormente los elementos expuestos sobre los antecedentes del canto. Es por esto que se sugiere que futuras investigaciones puedan reparar en los antecedentes del canto, profundizando en la manera en cómo éste era empleado; los significados; su relación con lo espiritual y terapéutico; el canto chamánico; etc. Y de esta manera darle mayor cabida dentro de la Psicoterapia Transpersonal, la cual se nutre de los aportes del estudio antropológico del chamanismo y pueblos indígenas (Sassenfeld, 2002a).

Por otro lado, como primera aproximación tampoco se pudo contrarrestar empíricamente a gran cabalidad. Lo que genera un aporte bastante reducido al respecto. Es por esto que se resalta la importancia de desarrollar futuras investigaciones que puedan ser empíricas, para poder desarrollar de manera más completa los elementos planteados por Daniels (2009), con respecto a la validación de la Psicoterapia Transpersonal en el ámbito académico –se presenta en la página 8–.

En relación a esto, como se aludió en una de las potencialidades, se considera necesario poder profundizar en investigaciones empíricas que muestren en forma detallada los efectos que produce el canto en las personas, en cuanto a generar otros

estados de conciencia. Puesto que surgen dudas sobre: ¿qué efectos precisos se generan cuando se cambia el estado de conciencia?, ¿frente a qué tipo de cantos se logran los cambios?, ¿con qué melodía específica?, ¿con qué ritmo?, ¿en qué escala de notas?, etc. En cuanto a este punto, también adquiere bastante relevancia la respiración, por lo que se propone que sea uno de los puntos clave de tener en cuenta al estudiar los cambios de conciencia, y la participación de ésta para poder producirlos.

En conclusión, el canto es una herramienta con múltiples potencialidades para ser utilizada en la Psicoterapia Transpersonal, pudiendo conectar a la persona con su Ser integral, y por supuesto con su espiritualidad. Esto es algo que se maneja hace miles de años en Oriente, pero en Occidente, a excepción de algunas culturas indígenas, es un camino que está recién comenzando. De esta manera, será importante volver a reunir lo que en un comienzo estaba unido: la música, la espiritualidad y la sanación.

8. REFERENCIAS

- Agnus Dei. Misa de Angelis. Extraído el 15 de abril de 2013 desde <http://www.youtube.com/watch?v=xyqvB-ahL1U>
- Álvarez, C. (1997). *Diccionario etnolingüístico del idioma maya yucateco colonial. Aprovechamiento de los recursos naturales*. México: Universidad Nacional Autónoma de México.
- Andrews, T. (1993). *La curación por la música. Transformación de las energías mediante los sonidos*. Barcelona: Ediciones Martínez Roca, S. A.
- Apel, W. (1958). *Gregorian chant*. Estados Unidos: Indiana University Press.
- Arias, C. (2003). Prólogo. En I. Bustos (Ed.), *La voz. La técnica y la expresión* (pp.15-20). Barcelona: Editorial Paidotribo.
- Barras, M. & Gouiffès, A. (2008). The reception of overtone singing by uninformed listeners. *Journal of interdisciplinary music studies*, 2, 59-70.
- Barrera, A. (1992). Libro los cantares de Dzitbalché. En M. de la Garza, M. Portilla y A. Recinos (Eds.), *Literatura Maya* (pp. 342-388). Venezuela: Fundación biblioteca Ayacuch.
- Bauer, M. (2001). La canción, beneficios en el aprendizaje acuático. *En 6º congreso mundial de educación acuática para bebés y niños* (pp.19-22). Buenos Aires. Extraído el 17 de enero de 2013 desde http://www.matronatacion.com.ar/_Descargas/6to_Congreso_Mundial_Educacion_Acuatica.pdf#page=19
- Bustos, I. (2003). *La voz. La técnica y la expresión*, Bustos Barcelona: editorial Paidotribo.
- Beaulieu, J. (1994). *Música, sonido y curación: Guía práctica de musicoterapia*. Barcelona: Índigo.
- Bierhorst, J. (1985). *Cantares mexicanos*. Stanford: Stanford University Press.
- Bloothoof, G., Bringmann, E., van Cappellen, M., van Luipen, J. B., & Thomassen, K. P. (1991). *A phonetic study of overtone singing*. Presentado en Proceedings XII Congress of Phonetic Sciences, The Netherlands.

- Bolandi, C. (2002). *La música inca: un legado de la cultura precolombina en la actualidad*. Lima: fondo editorial PUCP.
- Bolaños, C. (2009). Música y danza en el antiguo Perú. *Revista española de antropología americana*, 39(1), 219-230.
- Broda, J. (1971). Las fiestas aztecas de los dioses de la lluvia. Una reconstrucción según las fuentes del siglo XVI. *Revista española de antropología americana*, 6, 245-327.
- Bustos, I. (2003). Introducción. En I. Bustos (Ed.), *La voz. La técnica y la expresión* (pp.15-20). Barcelona: Editorial Paidotribo.
- Caniguan, N. y Villarroel, F. (2011). *Muñkupe ñlkantun. Que el canto llegue a todas partes*. Santiago: Gráfica LOM.
- Cárdenas, M. (2007). Los cuerpos sonoros y su entorno. Reflexiones entre la música contemporánea y la pedagogía de creación musical. *Quintana*, (6), 171-181.
- Cayumil, R. (2001). *La música mapuche: una mirada a los procesos subyacentes que se generan a partir de su uso y práctica cotidiana en diferentes contextos socioculturales*. Tesis de magister, Universidad Mayor de San Simón, Bolivia.
- Córdoba de Parodi, M. (1998). *Música y terapia*. Barcelona: Ediciones Índigo.
- Cruz, M. (2012). *El valor psicoterapéutico del trabajo de canto desde la relación cuerpo-psiquis: una mirada desde la psicoterapia corporal reichiana*. Tesis de pregrado, Universidad de Chile, Chile.
- Daniels, M. (2008). *Sombra, yo y espíritu. Ensayos de psicología transpersonal*. Barcelona: Editorial Kairós.
- Damodar, HG. (Intérprete) (s.f.). *Hare krishna mahamantra*. (min. 0:00 - 4:39). Extraído el 05 de mayo desde <http://www.youtube.com/watch?v=4se5MIFKrtk>
- De Toro, M. (2000). *Fundamentos de musicoterapia*. Madrid: Ediciones Morata.
- Díaz, A., Pérez, M., González, C. y Simon, J. (2004). Conceptos de enfermedad y sanación en la cosmovisión mapuche e impacto de la cultura occidental. *Ciencia y enfermería*, 10(1), 9-16.
- Easwaran, E. (2001). *El libro del mantra. Una guía completa para la utilización de esta poderosa herramienta espiritual*. Buenos Aires: Editorial Atlántida, S.A.

- Fadiman, J. (1982). La posición transpersonal. En R. Walsh y F. Vaughan (Comps.), *Más allá del ego. Textos de psicología transpersonal* (pp.271-280). Barcelona: Editorial Kairós.
- Ferrer, J. (2003). *Espiritualidad creativa: una visión participativa de lo transpersonal*. Barcelona: Editorial Kairós.
- Ferrer, J. (2008). *Teoría, anatomía y práctica del canto*. Barcelona: Herder Editorial.
- Ferro, M. (2008). *El yoga de la voz. La música es una dimensión liberadora*. Extraído el 4 de octubre de 2012 desde <http://www.voxmundiproject.com/pdf/entrevista.pdf>
- Fiscalini, G. (2009). *La real dimensión del hombre. Hacia una filosofía y ciencia del Ser transpersonal*. Buenos Aires: Editorial Dunken.
- Franco, S. (1991). *Music of the maya*. Guatemala: Casa K'ojom.
- García, R., Croatto, L. y Martin, A. (1938). *Historia de la música latinoamericana*. Buenos Aires: Pelardo.
- García-López, I. y Gavilán, J. (2010). La voz cantada. *Acta de Otorrinolaringológica Española*, 61 (6), 441-451.
- Gillie, C. (2008). De la afonía como "a" fonía. De la voz perdida como objeto perdido. *Desde el Jardín de Freud*, (8), 227-246.
- Gispert, C. y Torras, D. (2005). *Atlas geográfico universal*. España: Océano Grupo Editorial, S.A.
- Goldman, J. (2010). *Sonidos sanadores. El poder de los armónicos*. Madrid: Gaia Ediciones.
- Grof, C. y Grof, S. (1993). La ayuda en casos de emergencia espiritual. En C. Grof y S. Grof (Eds.), *El poder curativo de las crisis* (pp.243-251). Barcelona: Editorial Kairós.
- Grof, S. (2001). *Psicología transpersonal. Nacimiento, muerte y trascendencia en psicoterapia*. Barcelona: Editorial Kairós.
- Grof, S. (2010). Breve historia de la psicología transpersonal. *Journal of Transpersonal Research*, 2(2), 125-136.

- Herrera, E. (1990). *Teoría musical y armonía moderna*. (Vol. 1). Barcelona: Aula de música.
- Hopkins, S. (Intérprete) (2005). Remember the Joy, life is Sacred. En *Music for the soul* [CD]. Extraído el 6 de mayo de 2013 desde <http://www.youtube.com/watch?v=JGci3afw240>
- Hykes, D. & The harmonic choir. (Intérpretes) (1983). Gravity waves. En *Hearing solar winds* [CD] (Pista 4, min. 0:00-6:20).Francia: Ocora.
- Huun Huur Tu. (Intérpretes) (2006). *Huun huur tu at Philadelphia Folk Festival* (min. 0:28-3:24). Extraído el 5 de marzo de 2013 desde <http://www.youtube.com/watch?v=RxK4pQgVvfg>
- Ibáñez, T. (2004). El uso del canto en la improvisación grupal de musicoterapia con deficientes mentales. Tesis de pregrado, Universidad de Chile, Chile.
- Jardow, M. (1999). *La música divina de la selva Yucateca*. México: Culturas populares de México.
- Jargal, E. (Intérprete) (2002). *Mongolian Overtone Singer* (min. 0:00-5:17). Extraído el 06 de mayo de 2013 desde <http://www.youtube.com/watch?v=HwANedEkqaY>
- Jauset, J. (2011). *La terapia del sonido ¿ciencia o dogma?. Aplicaciones terapéuticas de los cuencos de cristal de cuarzo, los cuencos tibetanos, los diapasones y la voz*. Barcelona: Ediciones Luciérnaga.
- Johansson, P. (1992). Yaocuicatl: Cantos de guerra y guerra de cantos. *Estudios de cultura náhuatl*, 22, 29-43.
- Jorquera, L. (2002). *Existen emergencias espirituales en la psicología y en la práctica clínica*. Tesis de pregrado, Universidad de Chile, Chile.
- Kornblum, N. (s.f.). *Canto de armónicos. Una perspectiva terapéutica occidental*. Extraído el 30 de enero de 2013 desde <http://www.globalsoundhealing.net/es/armonicos>
- Kowalczyk, K. (1997). *Retrato de un cantor: el caso de los cantares mexicanos y otros escritos nahuas*. Extraído el 6 de noviembre de 2012 desde <http://bibliotecavirtual.clacso.org.ar/ar/libros/lasa97/kowalczyk.pdf>

- Kuselman, A. (2012). *Terapia del canto y de los vientos. Música terapéutica de los Andes*. Buenos Aires: Kier.
- Kyrie Eleison. Misa de Angelis (s.f.). Extraído el 15 de abril de 2013 desde <http://www.youtube.com/watch?v=FyICGxEFGI>
- Labra, M. (2010). *El canto mapuche. Un aporte a la interculturalidad en el aula*. Memoria de pregrado, Universidad Metropolitana de Ciencias de la Educación, Chile.
- Lacárcel, J. (2003). Psicología de la música y emoción musical. *Educatio siglo XXI*, 20(21), 213-226.
- Le Mée, K. (1995). *El canto gregoriano. Su historia y sus misterios*. Madrid: Ediciones Temas de Hoy, S.A.
- Ligorred, F. (1985). Literatura maya: de los jeroglíficos al alfabeto latino. *Boletín Americanista*, (38), 189-207.
- Marileo, A. (2007). Mundo Mapuche. En C. Contreras (Ed.) *Actas del primer congreso internacional de historia mapuche* (pp. 27-44). Buenos Aires: Ñuke Mapuförlaget.
- Martínez, E. (1994). *Fonética: con especial referencia a la lengua castellana*. Barcelona: Teide.
- Maslow, A. (1982). Una teoría de la metamotivación: las raíces biológicas de la vida valorativa. En R. Walsh y F. Vaughan (Comps.), *Más allá del ego. Textos de psicología transpersonal* (pp.182-196). Barcelona: Editorial Kairós.
- Mateu, M. (2004). *Armonía Práctica*. (Vol. 1). Valencia: Ab Música Ediciones musicales.
- McCallion, M. (1998). *El libro de la voz. Un método para preservar la voz y dotarla de la máxima expresividad*. Barcelona: Ediciones Urano, S. A.
- Millán, M. (2007). *Acercamiento a la cosmovisión Mapuche, a través de su canto, su música y su danza*. Extraído el 6 de noviembre de 2012 desde www.argentina.indymedia.org.
- Molina, H. (2002). El canto mapuche en los cronistas del siglo XVI y XVII. *Revista de Antropología en Castilla y León e Ibero América*, (26), p. 345-362. Extraído el 31 de octubre de 2012 desde <http://www.titinmolina.scd.cl/docs/texto1.pdf>

- Monjes de Gyume. (Intérpretes) (1999). Guhyasamja. En *Tantric Harmonics* [CD] (Pista 1). Estados Unidos: Windham Hill.
- Monjes de Gyuto. (Intérpretes) (1986). Guhyasamaja tantra (min. 0:00-4:16). En *Tibetan Tantric Choir* [CD] (Pista 1). Estados Unidos: Windham Hill.
- Monjes Tibetanos. (Intérpretes) (s.f.). *Om mani padme hum*. Extraído el 03 de mayo de 2013 desde <http://www.youtube.com/watch?v=uxc-qR7sxoU>
- Nájera, M. (2004). Hacia una nueva lectura de Los cantares de Dzitbalché. *Mayab*, (17), 99-114.
- Nakkach, S. (2003). La voz: una Gestalt más allá de la persona y la personalidad. *Gestalt: boletín de la AETG*, (23), 181-188.
- Nakkach, S. (2005). *The yoga the voice*. Extraído el 4 de octubre de 2012 desde http://www.voxmundiproject.com/recommended_readings_14.htm
- Nuag, J. (2003). *Mudras, mantras y mandalas. Guía del poder energético*. Madrid: Ediciones Karma.
- O lux beata trinitas (s.f.). Extraído el 15 de abril de 2013 desde <http://www.youtube.com/watch?v=VgVQdspB6YI>
- OM. (2001). En *Om & other music for yoga and meditation* [CD] (Pista 1, min. 0:00- 4:34). Reino Unido: Retro. Extraído el 05 de mayo desde <http://www.youtube.com/watch?v=ZdukkTAJE0U>
- Pearce, S. (2005). *La alquimia de la voz: transforma y enriquece tu vida mediante el poder de tu voz*. Madrid: Gaia.
- Pérez de Arce, J. (2007). *Música mapuche*. Santiago: Museo Chileno de Arte Precolombino.
- Pichi Malen, B. (Intérprete) (2005). Lafken tayül. En *Añil* [CD] (Pista 17, min. 0:00-1:12). Buenos Aires: Acqua Records.
- Pizarro, P. y Rioseco, M. (2005). *Visión transpersonal de la conciencia: una exploración cualitativa de la inclusión de la dimensión de la trascendencia en la psicoterapia*. Memoria de pregrado, Universidad de Chile, Chile.
- Porras, R. (1999). *El legado quechua: indagaciones peruanas*. Lima: Fondo Editorial.

- Prado, G. (1945). *El canto gregoriano*. Barcelona: Editorial Labor.
- Puente, I. (2009). Psicología transpersonal y ciencias de la complejidad: Un amplio horizonte interdisciplinar a explorar. *Journal of Transpersonal Research*, 1(1), 19-28.
- Puglisi, R. (2011). La performance del OM en grupos Sai Baba argentinos: un caso de fusión cuerpo- mundo. *Sociedad y religión*, 21(6), 9-36.
- Real Academia Española (2001). Diccionario de lengua española. Extraído el 12 de abril desde <http://www.rae.es/rae.html>
- Rimpoché, S. (1994). *El libro de los tibetanos de la vida y la muerte*. Barcelona: Ediciones Urano.
- Rodríguez, L. (2009). *La pregunta por el dador de la vida en los "cantos y flores": Nezahualcóyotl, filósofo del mundo azteca*. Extraído el 10 de diciembre desde http://repository.uniminuto.edu:8080/jspui/bitstream/10656/540/1/TLF_RodriguezGaronLeidyXiomara_09.pdf
- Román, M. (1995). La magia hindú y su proyección hacia occidente en el mundo antiguo. *Espacio, tiempo y forma*, (8), 85-126.
- Rowan, J. (1996). *Lo transpersonal. Psicoterapia y counselling*. Barcelona: Los libros de la Liebre de Marzo.
- Ruz, M. (1997). Caracoles, dioses, santos y tambores. Expresiones musicales de los pueblos mayas. *Dimensión Antropológica*, 2, 37-86.
- Sakakibara, K. I., Imagawa, H., Konishi, T., Kondo, K., Murano, E. Z., Kumada, M., & Niimi, S. (2001). *Vocal fold and false vocal fold vibrations in throat singing and synthesis of khöömei*. Presentado en *Proceedings of the international computer music conference*. Extraído el 15 de febrero de 2013 desde <http://www.hoku-iryou.ac.jp/~kis/paper/icvpb2004.pdf>
- Sassenfeld, A. (2002a). *Esbozo de una historia de la psicología transpersonal*. Extraído el 15 de octubre de 2012 desde <http://www.ifti.cl/imagenes/pdf/sassenfe.pdf>
- Sassenfeld, A. (2002b). La psicoterapia y el terapeuta transpersonal. En G. Zavala y P. Olivos (Eds.), *Memorias de las Jornadas Clínicas del CAPs 2000-2001* (pp. 112 – 120). Santiago de Chile: Universidad de Chile.

- Saus, W. & Reimann, M. (Intérpretes). Schneller Obertongesang. Extraído el 06 de mayo de 2013 desde <http://www.youtube.com/watch?v=11jiOUPvsxA>
- Schechter, J. (1980). El cantar histórico incaico. *Revista Musical Chilena*, 34(151), 38-60.
- Schwarz, A., y Schweppe, R. (2002). *Cúrate con la música. Cómo vivir sin dolor, sanos y vitales gracias a las terapias del sonido y del ritmo*. Barcelona: Ediciones Robinbook.
- Shu-de. (Intérpretes) (1994). Sygyt, khoomei, kargyraa. En *Voices from the distant steppe* [CD] (Pista 1). Netherlands: Real World Records.
- Silnik, A. (2011). La voz, un instrumento, una melodía. En A. Silnik (Comp.), *Vivenciar la voz. XIV Jornadas Foniátricas: Investigar y transferir: La voz, una melodía* (pp. 36-40). San Luis: Nueva Editorial Universitaria.
- Siméon, R. (2004). *Diccionario de la lengua náhuatl o mexicana*. México: Siglo XXI editores, S.A.
- Smith, J., Henrich, N., & Wolfe, J. (2007). Resonance tuning in singing. Trabajo presentado en International Congress on Acoustics. September, Madrid.
- Steiner, R. (2010). La educación del niño a la luz de la ciencia espiritual. Limache: Cuadernos Pau de Damasc (Orig. 1950).
- Tapia, D. (2007). *El Newen la fuerza que mueve la música Lafkenche en el lago Budi*. Tesis de magíster, Universidad de Chile, Chile.
- Tart, Ch. (1979). *Psicologías transpersonales: las tradiciones espirituales y la psicología contemporánea*. Buenos Aires: Editorial Paidós.
- Tart, Ch. (1982). Estados de conciencia y ciencias de los estados específicos. En R. Walsh y F. Vaughan (Comps.), *Más allá del ego. Textos de psicología transpersonal* (pp.312-331). Barcelona: Editorial Kairós.
- Tisato, G. G., Maccarini, A. R., & Hai, T. Q. (2001). Caratteristiche fisiologiche e acustiche del Canto Difonico. Presentado en Proceedings of II Convegno Internazionale di Foniatria, Ravenna.
- Torres, B. (2007). *Anatomía funcional de la voz*. Extraído el 10 de enero de 2013 desde <http://www.medicinadelcant.com/cast/1.pdf>

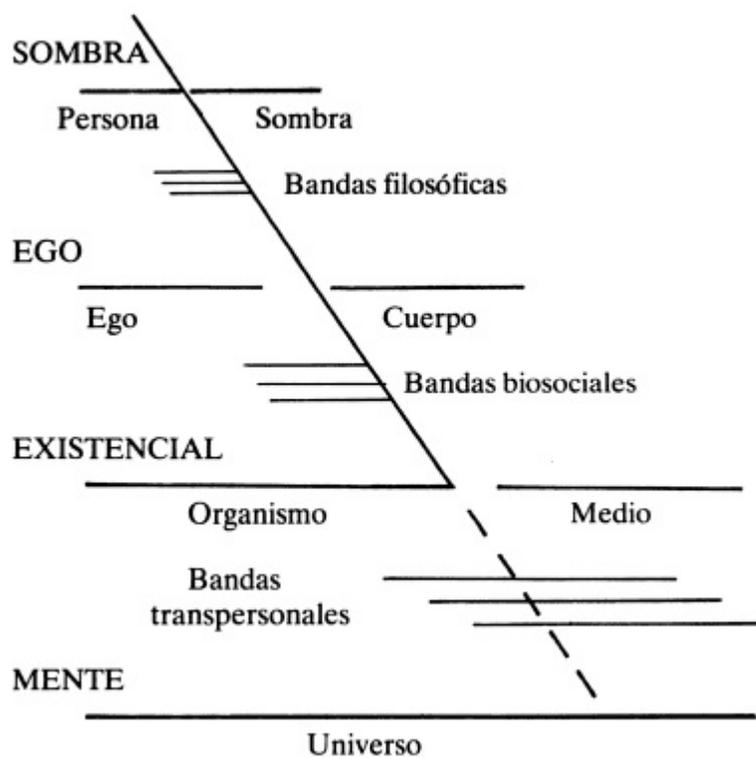
- Tsai, C., Shau, Y., & Hsiao, T. (2004). *False vocal fold surface waves during Sygyt singing: A hypothesis*. Presentado en Proceedings of the International Conference on Voice Physiology and Biomechanics, Agosto, France.
- Valencia, C. (2000). Aproximaciones a la lírica Inca: Viracocha y el amor. *Revista de ciencias humanas*, (23). Extraído el 20 de noviembre de 2012 desde <http://www.utp.edu.co/~chumanas/revistas/revistas/rev23/valencia.htm>
- Valencia, C. (2001). Los cantares de Dzitbalché: los rituales del amor y de la muerte. *Revista de ciencias humanas*, (27). Extraído el 7 de diciembre de 2012 desde <http://www.utp.edu.co/~chumanas/revistas/revistas/rev27/valencia.htm>
- Valois, J. (1965). *El canto gregoriano*. Argentina: Editorial Universitaria de Buenos Aires.
- Vaughan, R. (1982). Psicoterapia transpersonal: contexto, contenido y proceso. En R. Walsh y F. Vaughan (Comps.), *Más allá del ego. Textos de psicología transpersonal* (pp.281-293). Barcelona: Editorial Kairós.
- Vaughan, F. (1993). *El arco interno*. Barcelona: Kairós (Orig. 1986).
- Vaughan, F. (1997). *Sombras de lo sagrado*. España: Gaia
- Walsh, R., Elgin, D., Vaughan, F. y Wilber, K. (1982). Colisión de paradigmas. En R. Walsh y F. Vaughan (Comps.), *Más allá del ego. Textos de psicología transpersonal* (pp.49-74). Barcelona: Editorial Kairós.
- Walsh, R. y Vaughan, F. (1982a). Introducción: El surgimiento de la perspectiva transpersonal. En R. Walsh y F. Vaughan (Comps.), *Más allá del ego. Textos de psicología transpersonal* (pp.11-27). Barcelona: Editorial Kairós.
- Walsh, R. y Vaughan, F. (1982b). ¿Qué es una persona. En R. Walsh y F. Vaughan (Comps.), *Más allá del ego. Textos de psicología transpersonal* (pp.75-88). Barcelona: Editorial Kairós.
- Walsh, R. y Vaughan, F. (1982c). La naturaleza de la conciencia. En R. Walsh y F. Vaughan (Comps.), *Más allá del ego. Textos de psicología transpersonal* (pp.101-107). Barcelona: Editorial Kairós.

- Walsh, R. y Vaughan, F. (1982d). Psicoterapia Transpersonal. En R. Walsh y F. Vaughan (Comps.), *Más allá del ego. Textos de psicología transpersonal* (pp.247-254). Barcelona: Editorial Kairós.
- Werbeck, V. (2002). *Uncovering the voice. The cleansing power of song*. Forest Row: Sophia Books.
- Wigram, T., Pedersen, I. y Bonde, L. (2005). *Guía completa de musicoterapia: teoría, práctica clínica, investigación y formación*. España: AgrupArte.
- Wilber, K. (1982). La psicología Perenne: el espectro de la conciencia. En R. Walsh y F. Vaughan (Comps.), *Más allá del ego. Textos de psicología transpersonal* (pp.108-126). Barcelona: Editorial Kairós.
- Wilber, K. (1999). *Psicología integral*. Barcelona: editorial Kairós.
- Wilfart, S. (1999). *Encuentra tu propia voz. La voz como instrumento para tu desarrollo personal*. Barcelona: Ediciones Urano.
- Wolfram, S. y Wendler, J. (1982). *La voz del cantante. Bases fonológicas para la enseñanza del canto*. Berlín: Editorial Henschel.
- Zampa, C. (2011).). Liberar el cuerpo protege tu voz. En Silnik, V (Comp.). *Vivenciar la voz. XIV Jornadas Foniátricas: Investigar y transferir: La voz, una melodía* (pp. 11-17) San Luis: Nueva Editorial Universitaria.
- Zatun (s.f.). En *Canción mapuche de sanación* [CD] (Pista 8). Extraído el 12 de abril de 2013 desde <http://musica-mapuche.blogspot.com/>
- Zweig, C. y Abrams, J. (1991) Introducción: El lago oscuro de la vida cotidiana. En C. Zweig y J. Abrams (Eds.), *Encuentro con la sombra. El poder del lado oculto de la naturaleza humana* (pp.7-13). Barcelona: Kairós.

APÉNDICES

9. APÉNDICES

Apéndice A: El espectro de la conciencia



(Wilber, 1982, p.109).

Apéndice B: Anatomía del aparato fonador

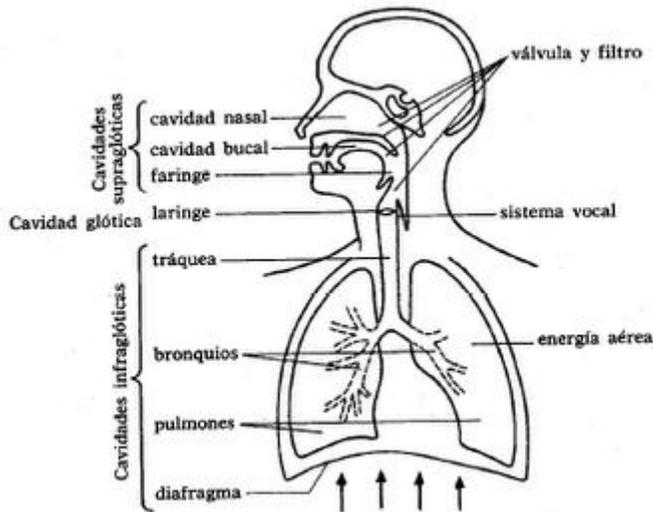


Fig.1 Aparato fonador y respiratorio (Martínez, 1994, p. 76).

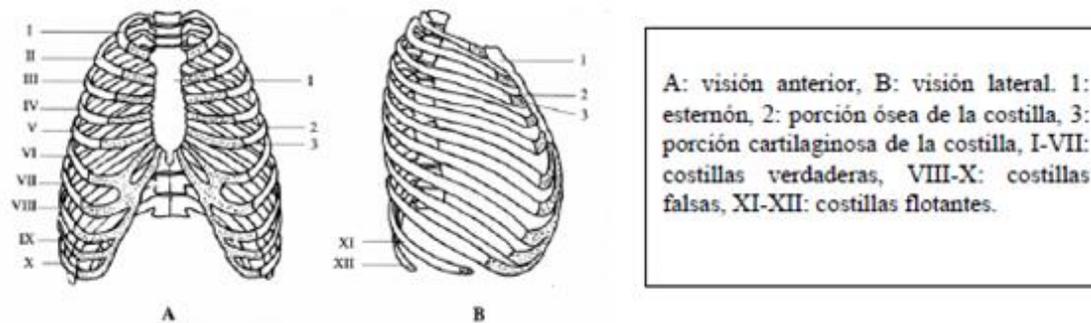


Fig. 2 Caja torácica (Torres, 2007, p. 2).

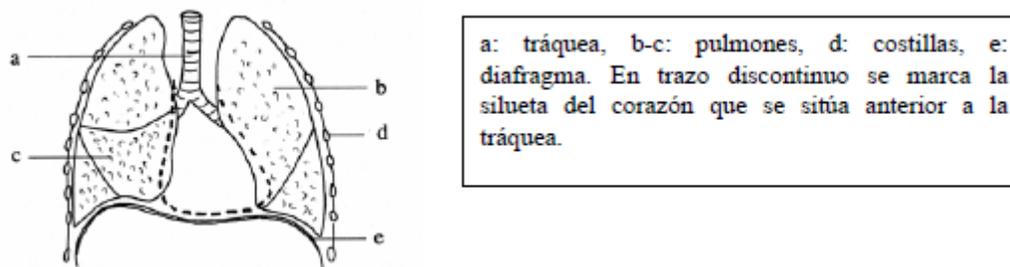


Fig. 3 Diafragma y estructuras de la cavidad torácica (Torres, 2007, p.3).

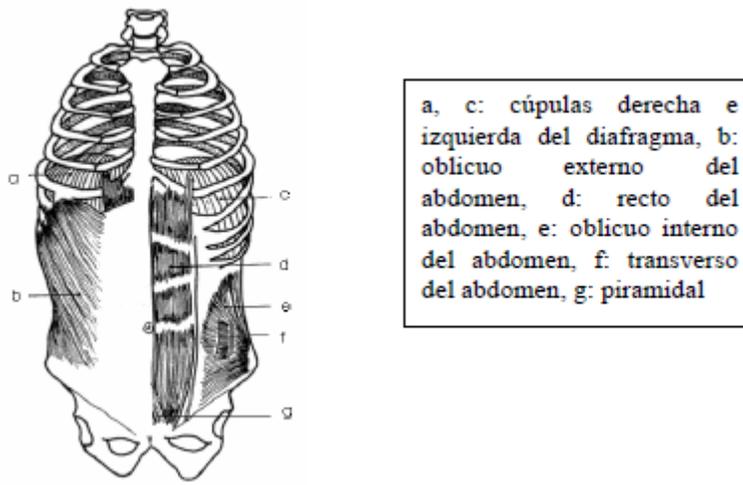


Fig. 4 Músculos del abdomen y diafragma (Torres, 2007, p.5).

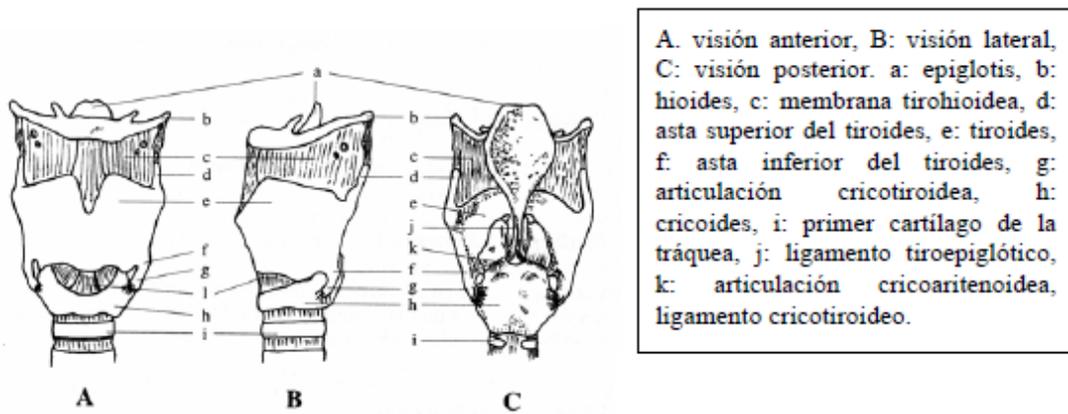
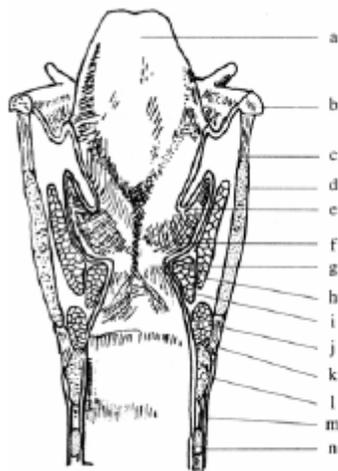


Fig. 5 Cartílagos de la laringe (Torres, 2007, p.8).

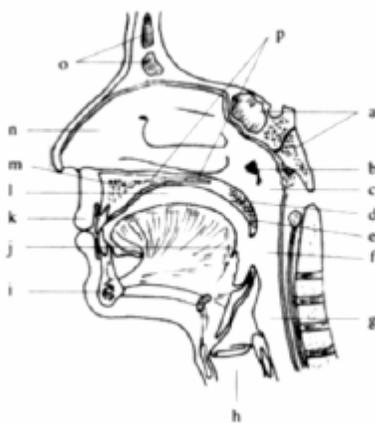


a: cartilago epiglotis; b: hueso hioides; c: membrana tirohioidea; d: cartilago tiroides; e: pliegues vestibulares (cuerdas vocales falsas; no tienen ninguna acción fonatoria); f: ventriculo laringeo; g: pliegue vocal (cuerda vocal); h: músculo tiroaritenoides; i: músculo vocal; j: músculo cricoaritenoides lateral; k: ligamento cricotiroideo; l: cartilago cricoides; m: ligamento cricotraqueal; n: primer anillo traqueal.

Fig. 6 Corte de la laringe que muestra las cuerdas vocales (Torres, 2007, p.11).

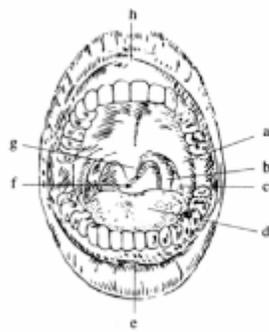


Fig. 7 Glotis y cuerdas vocales abiertas y cerradas (McCallion, 1998, p.109).



a: hueso esfenoides con seno esfenoidal y hueso occipital, b: orificio de la trompa auditiva, c: porción nasal de la faringe, d: velo del paladar, e: úvula palatina, f: porción oral de la faringe, g: porción laringea de la faringe, h: laringe, i: mandíbula, j: lengua, k: labio, m: maxilar, n: cavidad nasal, o: hueso frontal con si frontal, p: paladar duro

Fig. 8 Porciones de la faringe (Torres, 2007, p.17).



a: arco palatogloso, b: arco palatofaríngeo, c: amígdala palatina, d: lengua, e: frenillo del labio inferior, f: istmo de las fauces, g: úvula, h: frenillo del labio superior.

Fig. 9 Boca (Torres, 2007, p.19).

Apéndice C: Aparato fonador

A continuación se describe el aparato fonador (fig.1 en apéndice B), en la clasificación propuesta por Torres (2007), agregando algunos elementos de otros autores.

1. La mancha o fuelle del aparato fonador

El fuelle está formado por las estructuras infragloticas, que determinan la presión del aire espirado. Se denominan infraglotica, porque son aquellas estructuras ubicadas bajo la glotis (fig. 7 en apéndice B). Los componentes del fuelle son:

- a) Caja torácica: está formada por la unión de las costillas, el esternón y el sector torácico dorsal de la columna vertebral. Estos se unen por diversas articulaciones, que le proporcionan la movilidad y elasticidad, permitiendo que durante la respiración los diámetros de la caja torácica varíen, y que los pulmones se llenen y vacíen de aire (ver fig. 2 en apéndice B). De esta manera, durante la inspiración las costillas superiores se dirigen hacia adelante, lo que genera un aumento del diámetro anteroposterior del tórax; y las costillas inferiores se van hacia los lados, provocando un aumento del diámetro transversal de la caja torácica.
- b) Pulmones: son los órganos de la respiración, por lo que su función básica es oxigenar la sangre. Los pulmones son elásticos y están cubiertos por la pleura, que es un saco con una pared interna unida al pulmón, y otra externa conectada con la pared torácica y la cara craneal del diafragma. Esto le permite a los pulmones, que durante los movimientos respiratorios puedan seguir al diafragma y las costillas (ver fig. 3 en apéndice B). En la inspiración se ensancha el pulmón, lo que reduce la presión intraalveolar, para que el aire ingrese al interior del pulmón.
- c) Tráquea: está ubicada entre la laringe y los bronquios derecho e izquierdo, en donde se bifurca (ver fig. 3 en apéndice B). Tiene como función, conducir el aire hacia adentro y fuera de los pulmones. Ferrer (2008) señala que las vibraciones producidas en esta zona, además de la humedad que le proporciona a la mucosa de la laringe, son muy importantes en la emisión de la voz cantada.
- d) Diafragma: se considera como el músculo más importante de la respiración. Está ubicado entre la cavidad torácica y la cavidad abdominal, siendo el techo de la cavidad abdominal; y el suelo de la cavidad torácica, que cierra la abertura inferior de ésta, lo que le permite separar los pulmones del abdomen (ver fig. 3 en apéndice B). En la inspiración, se contrae y desciende, lo que genera que al estar adherido a la caja

torácica, está aumente su diámetro vertical, permitiendo que los pulmones se llenen de aire; asimismo el descenso también empuja las vísceras al interior de la cavidad abdominal. Por otro lado, en la espiración el diafragma se relaja y asciende.

- e) Músculos abdominales: son aquellos músculos ubicados en el abdomen, que se localiza entre el tórax y la pelvis (ver fig. 4 en apéndice B). Mediante la acción coordinada entre los músculos abdominales y el diafragma se produce el soporte de la voz. Esto consiste en un antagonismo funcional en tanto al inspirar, mientras el diafragma se contrae, los músculos abdominales se relajan; y al espirar, los músculos del abdomen se contraen, aumentando la presión intraabdominal, y el diafragma se relaja, siendo empujado por esta presión, lo que genera su ascenso.
- f) Otros músculos accesorios: son músculos que actúan en casos específicos del proceso de inspiración. Aquí se encuentran los músculos que se insertan en la caja torácica, como los músculos pectorales, los músculos del cuello y pequeños músculos profundos del tórax.

2. El vibrador del aparato fonador

Está conformado por los pliegues vocales de la laringe o también llamadas cuerdas vocales. La laringe tiene una importante participación en la respiración, la deglución y en la fonación. Tiene la capacidad de evitar que la comida entre en los pulmones –al poder bloquear totalmente la conexión entre los pulmones y la boca– y de controlar el flujo de aire entre los pulmones y la boca, y la nariz (McCallion, 1998).

La laringe está ubicada delante de la faringe, en la parte medial y anterior del cuello. Por la parte craneal, a través de la faringe, se comunica con la cavidad bucal y las fosas nasales; y por la caudal con la tráquea (fig. 1 en apéndice B). Se conecta con el hueso hioides, en el cual se insertan la lengua y los músculos extrínsecos de la laringe (fig. 5 en apéndice B). Estos últimos, permiten la movilidad del hueso hioides, la laringe y la lengua, quienes en conjunto son un bloque funcional esencial, para la fonación y la deglución. En la fonación, la laringe, gracias a los músculos extrínsecos, tiende a subir en las notas agudas, amplificando los armónicos agudos, y a bajar en las notas graves, amplificando los graves.

La laringe se forma por un esqueleto de piezas cartilaginosas articuladas entre sí y pequeños músculos –músculos intrínsecos– que actúan sobre estas articulaciones,

permitiendo los movimientos en las cuerdas vocales (fig. 5 en apéndice B). Por ejemplo durante la fonación, estos músculos permiten que se acerquen las cuerdas vocales, interponiéndolas al paso de aire espirado para que las haga vibrar. A su vez, dos músculos intrínsecos, el cricotiroideo y el vocal, son los responsables de cambiar el tono fundamental de la voz, puesto que generan que se alargue, tense o aumente el volumen de las cuerdas vocales, modificando el modo de su vibración.

Una parte importante en la laringe es la glotis, que según la *Nomina Anatómica – Nomenclatura de términos anatómicos–*, es el lugar en donde se produce la voz. La glotis incluye las cuerdas vocales y la hendidura glótica, que corresponde al espacio comprendido entre las cuerdas vocales y los cartílagos aritenoides (fig. 7 en apéndice B).

El nombre de las cuerdas vocales, puede generar confusiones, en tanto no son cuerdas propiamente tal, sino que corresponde a músculos y ligamentos que sobresalen de las paredes del interior de la laringe (McCallion, 1998). Además, no hacen vibrar el aire como las cuerdas de un instrumento, sino que más bien generan molinos de aire a través de la abertura y cierre de la hendidura glótica. Para esto, las cuerdas vocales se tensan horizontalmente y de adelante hacia atrás; y se unen por delante con el cartílago tiroideo y por detrás con los cartílagos aritenoides (McCallion, 1998) (fig. 6 en apéndice B). Al respirar, las cuerdas vocales se encuentran separadas y la glotis presenta una forma triangular, pasando así el aire libremente, sin producir prácticamente un sonido (Miyara, 2001) (fig.7 en apéndice B). Cuando la glotis comienza a cerrarse, el aire, que proviene de los pulmones y pasa por ésta, experimenta una turbulencia, generando un sonido aerodinámico, llamado aspiración (Miyara, 2001).

La fonación requiere de una apertura y cierre continuo de las cuerdas vocales, con cambios en la longitud y tensión. En este caso, las cuerdas vocales comienzan a vibrar a modo de lengüetas, produciendo un sonido tonal (Miyara, 2001). De esta manera, el flujo de aire, se convierte en un conjunto de bocanadas que, con una resonancia correcta, pueden oírse como sonidos (McCallion, 1998). De esta manera las cuerdas vocales se caracterizan por ser altamente flexibles y elásticas.

3. Los resonadores del aparato fonador

Son aquellas cavidades supraglóticas o resonadores, que pueden amplificar y modificar el sonido producido por las cuerdas vocales. Los resonadores son espacios

lentos de aire, que se encuentran parcialmente cerrados, en los cuales la nota original reverbera, agitando el aire que hay en las cavidades, generando otras reverberaciones (McCallion, 1998). Las cavidades supraglóticas actúan como filtros, puesto que dejan pasar sólo las frecuencias que coinciden con las de las propias cavidades de resonancia. Actúan como cajas de resonancia de la voz, todas aquellas cavidades que se encuentran ubicadas por encima de las cuerdas vocales. Dentro de las que se distinguen: la faringe, las fosas nasales y la boca.

- a) La faringe: es el conducto común para la deglución y la respiración. A nivel craneal se comunica con las fosas nasales, a nivel medio con la cavidad bucal y caudalmente con la laringe. La faringe es un resonador móvil de la voz, el cual cambia su morfología a través de los desplazamientos realizados por la laringe, la lengua y el velo del paladar – paladar blando–.
- b) Las fosas nasales: es un resonador fijo, ubicado bajo el cráneo y sobre la cavidad bucal, separada con ésta por el paladar. Para que actúe como cavidad de resonancia, el velo del paladar debe estar relajado, para que salga por esa región el aire espirado. Las dos fosas nasales pueden actuar como cajas de resonancia, de manera independiente.
- c) La boca: el sonido generado por las cuerdas vocales se transmite al ambiente por la boca, incidiendo en la intensidad, volumen y el timbre con que este sonido será escuchado. La boca es el principal resonador de la voz, y se considera como un resonador móvil, en tanto puede modificar su forma y volumen, pudiendo adaptarse al sonido producido en las cuerdas vocales. La modificación la realiza en función de la abertura mandibular, de la posición de la lengua, los labios y el velo del paladar (fig. 9 en apéndice). Para que la boca sea una eficiente cavidad de resonancia, es necesario la coordinación de todas sus estructuras. La abertura de la boca determinará las características de la voz emitida, por ejemplo para la generación de sonidos agudos la abertura de la boca será mayor que para las notas graves. Asimismo, la posición de los labios también incidirá en el timbre del sonido, siendo más claro si se colocan los labios de manera horizontal y más oscuro si los labios se ubican de forma circular. Conjuntamente, la posición de la lengua incidirá en la forma y volumen de la cavidad bucal, por ende, en el timbre de la voz. Por su parte, pese a que los dientes son no móviles, su estructura afectará en la forma y tamaño de la cavidad vocal, por lo que

también repercutirá en el timbre de la voz. Cabe señalar, que además de ser una cavidad de resonancia de la voz, la boca es responsable de la articulación de los sonidos, función para la cual utiliza los articuladores.

Apéndice D: Respiración

Las respiraciones propuestas por Ferrer (2008) son las siguientes:

- a) Respiración abdominal: se considera como la correcta respiración, y es la que ocurre cuando al exhalar el aire, se hunde la pared abdominal creando una presión que empuja el diafragma, el cual comprime la base de los pulmones, permitiendo que estos se vacíen. Luego el vientre se vuelve a dilatar, la masa intestinal recobra su posición inicial, creando un hipobarismo, lo que genera que el diafragma descienda y que los pulmones recobren su volumen al llenarse de aire nuevamente.
- b) Respiración costoabdominal: en ésta se exhala manteniendo las manos apoyadas en las costillas flotantes, procurando que éstas se mantengan abiertas. Se hunde la pared abdominal al contraer progresivamente los músculos, manteniendo el pecho y las costillas abiertas.
- c) Respiración pectoral: se considera que es una respiración que se debiese evitar, por las consecuencias que trae consigo. Se realiza mediante el movimiento de dos estructuras poco flexibles: las costillas y el esternón. Al exhalar se intenta dilatar y comprimir la parte menos flexible del pulmón, esto es, los lóbulos superiores pulmonares, el árbol bronquial y la tráquea. Esto genera una alteración en la calidad vibratoria y de la emisión.
- d) Respiración dorsocostal (posterior): se realiza estando sentado, inclinándose ligeramente hacia adelante y apoyando las manos en los riñones. En esta posición se inhala y exhala lentamente, prestando atención a la dilatación y el estrechamiento de la cintura y de la parte posterior de las costillas flotantes. En esta posición la pared abdominal se dilata mínimamente. Este tipo de respiración luego se intenta de pie.
- e) Respiración por gravitación o relajación súbita: se separa en dos partes: la primera, es similar a las asanas respiratorias del yoga, y consiste en inhalar costoabdominalmente y exhalar todo el aire de los pulmones de pie, hundiendo rápidamente la pared abdominoestomacal –el epigastrio–, evitando el hundimiento del esternón y cerrando las costillas flotantes. De esta manera la tensión muscular se centrará en la zona de los hipocondrios, y se generará debajo del esternón un hueco. Una vez exhalado el aire y sin deshinchar el pecho, ni cerrar las costillas flotantes, se espera un momento; y repentinamente se relaja la musculatura abdominal, dejando caer el asa visceral, lo que provoca que el diafragma descienda, permitiendo que vuelva a ingresar el aire a

los pulmones. Luego, la segunda parte consiste en que una vez relajada la musculatura los pulmones, que tenderán a recobrar su volumen inicial, generarán una absorción involuntaria de aire, ingresando sólo el aire estrictamente necesario.

- f) Respiración de impostación o por reacción: de pie, se realiza una respiración costoabdominal, reteniendo el aire unos instantes y al momento de exhalar, se opone resistencia a la salida, al poner la lengua en la parte anterior del paladar duro e incisivos. Esto genera que el aire salga tensando hacia dentro la musculatura abdominodiafragmática, con un aumento de la presión hiperbárica.

Apéndice E: Mantra

- **Hare Krishna**

El mantra *Hare Krishna* o *Maha Mantra*, combina los tres nombres sagrados de Dios y es uno de los mantras más preciados de la India, siendo además bastante conocido en Occidente (Easwaran, 2001).

Su letra es la siguiente:

“Hare Rama, Hare Rama

Rama Rama Hare Hare.

Hare Krishna Hare Krishna

Krishna Krishna Hare Hare.” (Easwaran, 2001, p.46).

Para mayor información sobre otros mantra y sus significados, se puede visitar la siguiente página web: <http://www.comunidadkundalini.com/guia-de-mantras/>

Apéndice F: Canto Armónico Tuva

En el canto de sobretonos de Tuva es posible distinguir la siguiente clasificación propuesta por Tisato, Maccarini y Hai (2001):

Estilo *Kargiraa*

En este estilo de cantar se observan fundamentales en un registro muy bajo –hasta los 55 Hz– y componentes armónicos muy intensos y ricos. Dentro del *Kargiraa* se observan otras variantes:

- *Dag Kargiraa*: es practicado en las montañas, produciendo un eco y se canta sobre éste. Este canto utiliza el registro y agrega la nasalización más grave del sonido. Se caracteriza por una resonancia de la tensión de pecho y la garganta más moderado.
- *Xovu Kargiraa*: es el *Kargiraa* de la estepa, que se usa cuando se cabalga con el viento que entra en la boca y amplifica los armónicos. Este canto difiere al anterior en que tiene una fundamental mayor, al generar una contracción de garganta mayor y con una menor resonancia de pecho.
- *Chelbig Kargiraa*: es aquel canto en el que se utiliza un ventilador para producir un flujo de aire en la parte delantera de la boca y generar diferentes efectos de la *Kargiraa*.

Estilo *Borbannadir*

Este estilo se caracteriza por la fundamental en el registro más bajo o barítono. Se distingue del *Kargiraa* en una fundamental un poco más alto para la resonancia más nasal y un pulso rítmico, con el que los cantantes imitan el sonido del agua en los arroyos, los pájaros piando, etc. El término *Borbannadir* en realidad significa "rollo", y así indica el efecto de trino de armónicos, suena como el más grave en los textos antiguos. El cantante es capaz de crear un efecto de trifonía entre la fundamental, el primer nivel de armónicos en quintas paralelas –refuerzo de la tercera armónica– y una segunda capa con el trémolo de armónicos superiores. En cuanto al sonido de la glotis, existe la intervención de las estructuras anteriores a la laringe. Sólo por una relación con el *Kargiraa*, el cantante puede pasar de un estilo a otro en la misma pieza de música.

Estilo *Khomei*

Khomei, que significa garganta o faringe, no sólo es el término usado para indicar el canto difónico en general, sino también un modo distinto de los demás. Es considerado

como el más antiguo estilo de muchos cantantes de Tuva y se impone por su facilidad y dulzura de la técnica en todo occidente. El canto *Khomei* se caracteriza por una vibración glótica normal y relajada, sin hipercontracción de aritenoides –como el estilo *Sigit*–, y por la relajación de los músculos abdominales. Algunos cantantes usan también el vibrato como adorno.

Estilo *Ezengileer*

La palabra *Ezengileer* significa estribo y se refiere a que este estilo se caracteriza por variaciones rítmicas similares al sonido que los estribos de metal producen bajo el apoyo de los pies periódicamente, cuando se galopa. El *Ezengileer* es una variante del estilo *Sigit*, que se caracteriza por oscilaciones rítmicas rápidas entre los armónicos difónicos. Hay una gran variedad de sello de un cantante a otro, unidos por el elemento común que es el ritmo del caballo. Actualmente no es raro oírlo y se considera un estilo bastante difícil.

Estilo *Sigit*

Sigit significa silbato, y, de hecho, este estilo se caracteriza por una difonía, en el que la fundamental y los armónicos bajos se debilitan, siendo poco perceptibles. La mayor resonancia armónica que se produce por encima del zumbido es un sonido aflautado. En general, el canto comienza con un texto cantado, sin armónicos perceptibles. Al final de la oración, el cantante entona el zumbido de un medio básico que se basa en la línea melódica de los armónicos.

Apéndice G: Contactos

❖ Néstor Kornblum

Cofundador y codirector de la Asociación Internacional de Terapia de Sonido. Es cantante de armónicos y realiza seminarios de formación al respecto. Además escribió un libro llamado “*Canto de armónicos. La guía práctica*”. Se puede encontrar información sobre él, los seminarios que imparte y su libro en la página web: <http://www.globalsoundhealing.net/>

❖ Jonathan Goldman

Director de la Asociación de Sanación por el Sonido y presidente de Spirit Music en Boulder, en Estados Unidos. Es cantante de sobretonos y también enseña cómo realizarlos. Escribió el libro “*Sonidos sanadores. El poder de los armónicos*”. Para mayor información revisar la siguiente página web: <http://www.healingsounds.com/>

❖ Rodrigo Núñez

Cantante, músico, instrumentista y payador, miembro de la agrupación musical *Kalfümalén*. Además imparte cursos de formación de canto armónicos en Chile. Para obtener información sobre él, los talleres que imparte y la agrupación musical *Kalfümalén* se puede revisar: <http://www.kalfumalen.cl/> y <http://www.facebook.com/pages/Kalfumalen/169923763023380>

❖ Mariel Labra

Profesora de educación musical, facilitadora en canto armónico y sanación con cuencos de cuarzo, músico, cantante e instrumentista, miembro de la agrupación *Kalfümalén*. Realiza cursos de formación de canto armónico en Chile, junto a Rodrigo Núñez. Para mayor información se puede contactar vía e-mail a: mariel@kalfumalen.cl o en las páginas web mencionadas en Rodrigo Núñez.

❖ Diplomado de Música, Sonido y Terapia

En Santiago y Viña del Mar, Chile, se realiza un diplomado en el cual una de las herramientas que se enseñan es el canto con armónicos. Para obtener mayor información con respecto a este diplomado revisar <http://www.espaciosagrado.cl/sonoterapia.html> o contactarse al mail info.dmst@gmail.com, con Claudio Guzman, sonoterapeuta encargado de este diplomado y también profesor de éste.

Apéndice H: Cantos de los Maya

Cantar 9 de los Cantares de Dzitbalché

PAAY-CHI¹ / H'ZIIT-H'BOLOM-T[V]M²
VINALTE³-H'MIATZ⁴

1. VINALTE-PAAY-CHI-
2. H'MIATZ-▷AC-YAH
3. TI-V-YAN-POMOL-CHI.⁵
4. KAAAX-BEEC⁶-KAAAX-IN-
5. TIKAL-TIKAL-O-HOM⁷
6. CH'IIC-LVM-PAAK-
7. BACALCHE⁸-H'BOHOM⁹
8. BEY [LI]KIN-BEY XAMAN-
9. BEY [CHI]KIN-BEY NOH'HOL
10. TI-CV-TAAL-TV-CAMPPEL
11. XAAAY-BEIL CAN-TVVX
12. YAN-V-POPIL-NAHIL-BEL
13. H'MIATZ-HVN-NAAB-KVI-
14. LAIIL-CV-KAAZHC-TI-VINIC
15. TAHL-HAN-CVVXTAL-VAY
16. YOKOL[CA]B-TI-MAAXAC
17. V KAAT-V-▷AV-BAA
18. ...YOL-H'CAMBAL
19. V VAY-T'LVMIL [Y]AN
20. V-▷IIC-TV-TOH-YOLAL
21. H'TVMEN-V-YUMIL-
22. KAAK-HA-IIC-LVM
23. YVMIL-VAY-YOKOL CAB
24. TVT-TVLAH-C-BAIL
25. MENTAHAN-TVMEN
26. YVM-HVN-NAAB-KV
27. LAIT-LITI-▷IIC-VTZ-
28. YEET-KAAZ-ICHIL
29. MALOOB-YETELLOB
30. TV-MEN-LAIT-TIE
31. CV-▷IIC-V-ZAZILIL
32. YOKOL-CAB-TVMEN
33. LAITI-V-YVMIL-TV
34. LACAL-BAAL-YAN
35. YAN-LV-KAB-BEY
36. KIN-BEY-H'V-BEY
37. X-BVV▷-EK¹⁰. BE V-
38. LOL-ZAZ-CAAN¹¹. BEY
39. MVYAL-BEY-CHAAC
40. BEY-H-X-LELEM-BEY
41. H'VZ-BEY-CH'IICH
42. BEY-BAAL-CHE-BEY

ORACION A CIT BOLON
TUN QUE DICE CADA
UINAL EL DOCTO

Mensual oración
del doctor en medicina
para que haya pomolche'
en los bosques, beec en los bosques
.....
prenda en la tierra el plantado
bacalche', el bohóm
así en el oriente como en el norte,
así en el poniente como en el sur.
Viene por los cuatro
ramales del camino de los cielos
donde
está la casa de la estera en que rige
el sabio Hunabk'u',
aquél que recuerda al hombre

que es difícil la vida aquí
en el mundo para quien
quisiera ponerse
en el afán de aprender.
Y que aquí en la tierra
da salud
porque es el Señor
del fuego, del agua, del aire, de la
tierra,
Señor de este mundo,
de todas las cosas
hechas por él.
El Señor Hunabku
es quien da lo bueno
y lo malo
entre los buenos y los malos.
Porque él
da su luz
sobre la tierra; porque
es el Dueño
de todas las cosas que están
bajo su mano, lo mismo
el sol que la luna; lo mismo
la estrella humeante que es como
la flor luminosa de los cielos; lo
mismo
las nubes que las lluvias;
lo mismo el rayo que
la más pequeña mosca; lo mismo
las aves
que los otros animales; lo mismo

(Barrera, 1992, p. 372- 374).

Cantos Rituales Mayas:

A partir de los Cantares de Dzitbalché, Nájera (2004) plantea que los cantos de rituales se dividen en los siguientes tipos:

a) Rituales de iniciación femenina

Los cantares siete, cuatro, catorce y quince se ubican en esta clasificación, puesto que forman una unidad, en cuanto relatan la ceremonia de iniciación femenina. En estos cantos se reseñan las circunstancias que deben enfrentar las jóvenes al comenzar su etapa de reproducción. Al respecto, se celebra el potencial de las mujeres como un rito sagrado de llegar a ser madres.

b) Sacrificio por flechas

También se observa una continuidad entre los cantos uno y trece, los cuales refieren al ritual de sacrificio mediante flechas, el que está relacionado a la guerra, la cacería y la deidad solar. En el cantar número uno se reconforta a la víctima y se le recuerda que su muerte es necesaria para estar en contacto con el Dios supremo, generando así la conexión con los hombres, para poder llevarles sus súplicas. El cantar trece por su parte, es la segunda fase de la ceremonia, y es referida a los flechadores que realizan el sacrificio. Cabe señalar que este ritual se realizaba previo al término de un ciclo solar, como una manera de fortalecer el surgimiento de un nuevo ciclo.

c) Cantos de rituales de fin de periodo

En los Cantares de Dzitbalché es posible clasificar cuatro cantos de fin de período. Un ejemplo de esto es el cantar tres, el cual trata sobre los cinco días sin nombre, sin carga ni suerte, llamado *uayeb*. Éstos son días en los que los hombres pueden comunicarse intensamente con los seres del inframundo, lo que implica peligros, y por ende que los hombres transiten ese periodo con temor. Se canta en una ceremonia que implica un ritual catártico, mediante el cual la comunidad expía sus faltas. Otros ejemplos son el cantar cinco, el once y el doce.

Apéndice I: Cantos Incas

Tipos de Cantos Incas:

- **Canto histórico**

Schechter (1980) destaca que, debido a que los Incas no poseían la comunicación escrita, requerían de una fuerte tradición oral, por lo que el canto era fundamental para recordar el pasado incaico, manteniendo la continuidad del imperio. El canto histórico, es un relato histórico musical, el cual era realizado en las festividades importantes, en las celebraciones de victoria y en ceremonias funerarias (Schechter, 1980).

El cantar se cantaba con voz fuerte, y tenía versos cortos y concisos para que fueran memorizados con mayor facilidad, dado que este canto tenía por finalidad transmitir información (Porrás, 1999).

El cantar histórico, se realizaba cuando fallecía el Inca; y consistía en un informe cantado, en el cual se relataba todos los acontecimientos relevantes de su reinado, para que el nuevo Inca y el pueblo pudieran conocer su pasado (Schechter, 1980). Para esto, se elegían cantantes profesionales o *quipucamayocs*, que eran pertenecientes a la descendencia o *panaca* del Inca, los cuales debían relatar los acontecimientos ordenadamente y de manera adulatoria hacia el monarca muerto, para que quienes las escucharan supiesen admirar las grandes proezas de éste (Porrás, 1999). En este canto, era tan importante el estricto orden de los acontecimientos de la vida del Inca muerto, como el relato de los otros Incas anteriores (Schechter, 1980). Cabe señalar, que este canto tenía un alto sentido moralizador, puesto que excluía la historia de aquellos malos gobernantes, los cuales no habían acrecentado el imperio, habían sido cobardes o se habían perdido en el vicio, dándole la orden a los *quipucamayoc* que recordaran poco, o incluso nada sobre ese Inca (Porrás, 1999). A su vez, se destaca el grado de responsabilidad de los *quipucamayoc* en la colectividad y espíritu nacional del imperio, por lo que en los casos en los que se le olvidaba la letra sufría la pena de muerte (Porrás, 1999). Estas canciones podían efectuarse sólo en grandes concentraciones populares de todo el reino o cuando el Inca y la familia real se reunían para hacer música, beber y relajarse (Schechter, 1980). Cuando se realizaba en las concentraciones populares, el *quipucamayocs* comenzaba su relato con la frase sacramental *ñau pa pacha*, que se

traduce por González Holguín, como antiguamente o en tiempos pasados; y la gente se acercaba a escuchar y adoptaba una actitud religiosa (Porras, 1999).

Otro tipo de cantar histórico, era el realizado por los coros informales de grupos funerarios ambulantes, también llamados *haraucicu* (Schechter, 1980). Este cantar era realizado como un ritual de lamentación ambulante, cuando ocurrían fallecimientos o aniversarios de decesos de la dinastía incaica (Schechter, 1980). Este canto, era acompañado por danzas y tambores; era responsorial, es decir, uno de ellos guiaba y el resto respondía en coro; y consistía en relatar la historia de cómo murieron, qué cosas hicieron, entre otras (Schechter, 1980).

Es importante señalar, que el estilo de cantar, así como el contenido de las canciones, era diferente dependiendo de la localidad, debido a la experiencia particular que tuvo esa área con el Inca muerto (Schechter, 1980).

- **Araví**

Araví, arauí o harawí, dependiendo del autor, son aquellas canciones que narran motivos amorosos y expresan profundos sentimientos (Bolandí, 2002). Para Porrás (1999) eran canciones de fiesta y expansión vital, que trataban sobre las festividades del ámbito agrícola –siembra y cosecha- y sobre el amor, lo que conllevaba que pudieran expresar emociones como la alegría o la tristeza, dependiendo de los momentos anímicos que tuviesen (Porrás, 1999).

Estas canciones se acompañaban por danzas y flautas, que podían ser el *pincullo*, la *antara* y la *quenaquena* (Porrás, 1999). Al respecto, Poma de Ayala (citado en Schechter, 1980) señala que el *arauí* era cantada por mujeres jóvenes, acompañadas de muchachos con flautas, como la *quenaquena*.

Garcilaso (citado en Porrás, 1999) señala que el *araví* era corta, con estrofas breves. A su vez, los versos son cortos y tienen una estructura similar, lo que le da un carácter rítmico liviano (Schechter, 1980). Como señala Valencia (2000), “a pesar de su sencillez y brevedad, revelan una exquisita sensibilidad para el amor, de un amor que es fuerza vital y se confunde con los poderes mismos de la naturaleza” (§ 33).

Porras (1999) agrega que, luego de la conquista el *araví* se torna triste, siendo más bien un gemido lloroso y solitario de las queñas y de los quejidos de los amantes separados, convirtiéndose en el *yaraví*.

Ejemplo de Canto haylli

Tijski Viracocha

Dios, origen del universo,

Creador de todo,

Oro que arde tan solo entre la noche

Del corazón.

Que la alegría de tus ojos

Venga en el alba,

Que el calor de tu aliento

Venga en el viento.

Que tu mano magnánima

Siempre se extienda

Y que la sempiterna voluntad

Sea la última que florezca.”

(Lara, 1979 citado en Valencia, 2000, ¶ 33).

Apéndice J: Cantos Aztecas

- **Cantos líricos: xochicuicatl**

Los cantos líricos corresponderían, a aquellos que expresan el sentimiento profundo de su creador, apelando a la dimensión afectiva de éste (Johansson, 1992). Johansson (1992) lo define como aquel canto que “brota del desgarramiento primordial del hombre entre el llamado de la esencia y los imperativos de la existencia, entre el cielo y la tierra, la luz y las tinieblas” (p. 30).

Un ejemplo de este tipo de cantos lo constituye el canto *Ycuic axayacatzin, Mexico tlatohuani* del gobernante Axayácatl, quien expresa en este canto sus pensamientos y sentimientos con respecto a la muerte (León-Portilla, 1966).

- **Cantos de guerra: yaocuicatl**

Para Johansson (1992) los *yaocuicatl* son himnos sagrados constitutivos del acto bélico, cuya finalidad es ser un mecanismo más de guerra, al igual que el arco y la flecha. Éste busca inducir la victoria y estimular a los guerreros previo a la batalla (Johansson, 1992). Este canto, involucra la corporalidad y la estructura dramática, siendo la palabra parte de un todo (Johansson, 1992). Un ejemplo de este tipo de canto, es el *Huitznahuac yaotl icuic*.

Apéndice K: Cantos Mapuche

Cantos cotidianos o *ülkantún*

El *ülkantun* es una expresión de poesía mediante el canto, la cual puede ser improvisada o aprendida, y tiene un carácter ligado a lo cotidiano (Labra, 2010). En relación a los *ülkantun* improvisados, hacen referencia a la espontaneidad del *ülkantufe* en cuanto corresponden a aquellos pensamientos y/o sentimientos que está viviendo en ese momento (Caniguan y Villarroel, 2011). Por otro lado, aquellos *ülkantun* aprendidos corresponden a aquellos que el *ülkantufe* escuchó previamente cantado por algún familiar o conocido, y que luego lo interpreta a su modo, manteniendo la temática central del canto escuchado (Caniguan y Villarroel, 2011).

Este canto genera entre el *ülkantufe* y quienes lo escuchan, un estado de introspección y profundidad intelectual (Tapia, 2007).

Es posible clasificar los *ülkantun* según su temática y el uso que se hace de éste, como se señala en la siguiente clasificación planteada por Labra (2010) y Caniguan y Villarroel (2011):

- a) ***Aukantun düngu üll***: son aquellos cantos relacionados con el juego, el deporte y la competencia. Como por ejemplo: *awar kuden üll* (juego de habas), *palin üll* (juego de chueca), *purrün palin üll* (juego de chueca con música y danza) y el *kolhong üll* (personaje con máscara).
- b) ***Küdawün düngu üll***: estos cantos refieren a las labores cotidianas y productivas, como por ejemplo la construcción de una casa, en donde se canta el *rukan üll*. Otros cantos son: *ñüwün üll* (desgrane de cereales), *sumpalh üll* (invocación a ser sobrenatural del agua) y *llamekan üll* (molienda de trigo tostado).
- c) ***Ayekan düngu üll***: son cantos vinculados a la recreación y el entretenimiento, que tienen por objetivo hacer reír y divertir a quienes los escuchan. Entre estos se encuentran: *ayecan üll* (que provoca risa), *ñüwa üll* (del dicharachero) y *wedwed üll* (del travieso).
- d) ***Poyewün düngu üll***: son los cantos que expresan sentimientos de afecto, por lo que suelen ser bastante expresivos. Algunos ejemplos de estos cantos son: *poyewün*

düngu üll (amor fraterno), *düngul domolün üll* (amor de pareja) y *nhampülhkan üll* (afecto a esposo o esposa ausente).

- e) ***Rakiduamün üll***: los cuales expresan pensamientos ligados a la vida y el alrededor, como el *rakiduamün üll* (ideas sobre la vida) y el *faliluwün üll* (valoración de persona, animal, cosa, etc.).

Cabe señalar que esta clasificación se basa en el material recopilado en mapuches de la región de la Araucanía de Chile, por lo cual puede variar en mapuches de otros lugares.

Apéndice L: Formación

- **Cantoterapia Wilfart**

Por lo que se ha podido observar, la formación de Cantoterapia Wilfart, es por seminarios de tres o más días. Hace unos meses se desarrolló uno en Argentina.

Existe un grupo en facebook, en el cual dan a conocer información sobre los próximos cursos y sobre cantoerapia Wilfart. Se puede encontrar el grupo como: Cantoterapia Wilfart, o en el siguiente link: <http://www.facebook.com/groups/cantoterapiawilfart/?fref=ts>

- **Canto Werbeck**

Existe una formación de Canto Werbeck en Brasil, con una duración de 4 años. En estos momentos se encuentra en el segundo año de la segunda formación de Latinoamérica. Para mayor información se puede acceder a la página: <http://www.asssagres.org.br/evento.php?codigo=5>

- **Terapia del Canto**

No se tiene mucha claridad con respecto a la formación de Terapia del Canto, no obstante en la página de facebook: <https://www.facebook.com/pages/Terapia-del-canto/135639733146513>, se puede encontrar información con respecto a la Terapia del Canto impartida por Alberto Kuselman. Y en: <http://www.terapiadelcanto.net>, se puede acceder a la Terapia del Canto impartida por Ana María Iannino y Guillermo Toucedo.

- **Yoga de la voz**

Actualmente existe un programa universitario llamado *Sound, Voice and Music Healing* –Sonido, Voz y Música sanadora– en California Institute of Integral Studies, que realiza Silvia Nakkach (Ferro, 2008), Se puede encontrar mayor información en: http://www.ciis.edu/Public_Programs/Certificate_Programs/Sound_Certificate.html

Apéndice M: Pauta de Entrevista

1. ¿Qué es el canto para usted?
2. ¿Qué es para usted cantar?
3. ¿En qué contextos se utiliza el canto?
4. ¿Cuáles son las potencialidades que posee el canto?
5. ¿En qué consiste la terapia con el canto?
6. ¿En qué modalidad se trabaja: individual y/o grupal?
7. ¿Cuáles son los fundamentos a la base?
8. ¿Cómo aprendió la terapia con el canto?
9. ¿Hace cuánto tiempo trabaja esta terapia?
10. ¿Qué se trabaja en esta terapia?, ¿existe un motivo de consulta particular?
11. ¿A qué personas está dirigida esta terapia?
12. ¿De qué manera se trabaja en la terapia con el canto? ¿Qué técnicas se utilizan?
13. ¿Observa alguna relación entre canto y espiritualidad? ¿de qué manera se relacionan?
14. ¿Qué aspectos se trabajan de la espiritualidad mediante el canto?
15. ¿Ha trabajado la espiritualidad a través del canto? ¿consigo mismo(a)?, ¿con otros?
16. ¿Conoce alguna técnica específica de canto utilizada para trabajar la espiritualidad?
17. ¿Ha utilizado alguna técnica de canto para trabajar la espiritualidad?, ¿cuáles?
18. ¿Qué opina sobre el canto armónico?
19. ¿Qué opina sobre los mantras?

Apéndice N: Lista de cantos del CD anexo¹⁶

1. OM
2. Hare Krishna Mahamantra – HG Swarup Damodar Prabhu
3. Om Mani Padme Hum – Monjes Tibetanos
4. Sygyt, khoomei, kargyaa (styles of throat-singing) – Shu-De
5. Huun Huur Tu at Philadelphia Folk Festival, August 2006 - Huun Huur Tu
6. Mongolian Overtone Singer– Enkh Jargal
7. Guhyasamaja Tantra – Monjes Tibetanos de Gyuto
8. Guhyasamja – Monjes Tibetanos de Gyume
9. Gravity Waves – David Hykes & The Harmonic Choir
10. Remember the Joy, life is Sacred – Sara Hopkins
11. Schneller Obertongesang– Wolfgang Saus & Michael Reimann
12. O lux beata trinitas
13. Kyrie Eleison. Misa de Angelis.
14. Agnus Dei. Misa de Angelis.
15. Lafken tayül (Canción sagrada de la laguna) – Beatriz Pichi Malen
16. Zatun – Canción Mapuche

¹⁶ Se le recuerda al lector que los cantos están citados en las referencias.