Viaje Sonoro

M. MT. CRISTINA QUINTANILLA CISNEROS E ING. ANDRÉS GUTIÉRREZ MANRIQUE

Todo el Universo es vibración. Las antiguas culturas y religiones así lo creían y la física moderna lo cuenta en la Teoría de las Cuerdas.

En la cotidianidad uno vive muy deprisa, lleno de estrés y ansiedad. Más de uno anhelamos un escape de la realidad y tener un momento con uno mismo, un momento de paz, un momento de quietud.

El Viaje sonoro nace como un proyecto en pareja a raíz de una experiencia en Barcelona, España, compartido por Tanit Navarro, cantante y terapeuta de voz y Pedro Collares, músico y terapeuta del sonido. Dentro de esta experiencia mi esposo Andrés y yo despertamos a un mundo desconocido de sensaciones, vibraciones y un viaje inimaginable a nuestro ser.

¿Qué es un Viaje sonoro?

Nos detenemos un momento para plasmar el punto de vista desde nuestra propia vivencia y experiencia personal.

Yo Cristina, mujer, madre, violinista, maestra y musicoterapeuta defino que el viaje sonoro es un recorrido a través de distintas texturas y ambientes sonoros de una manera sublime. Es un momento de paz que se vive en un espacio relajado y de apertura en donde se recibe una experiencia sensorial a base de voces, cuencos, tambores, violín,

didgeridoo, guitarra, sansula, crótalos, entre otros, que acerca a un estado de armonización y bienestar desde el cual conectas contigo mismo.

Yo Andrés, hombre, padre, guitarrista e ingeniero en audio, quisiera definir desde un punto más científico lo que ocurre en un viaje sonoro: durante un viaje sonoro, nuestro cuerpo, compuesto por células y una inmensa cantidad de espacio entre ellas, se ve expuesto a diferentes frecuencias de varios tipos, las hay graves y agudas, algunas son inaudibles lo que no quiere decir que no existan.

Muchos de nosotros hemos tenido la oportunidad de estar en el cine sentados viendo una película y nos cambian las sensaciones o emociones dependiendo de la imagen, ¿qué pasaría si cambiáramos el sonido de esa imagen? Lo más seguro es que todo cambiaría, es ahí en donde nos damos cuenta del poder del sonido para nuestro cuerpo ya que no sólo afecta a nuestros oídos sino que la vibración, al propagarse en nuestro cuerpo (75% compuesto por agua), afecta a cada uno de nuestro órganos. Por eso mismo el hecho que existan frecuencias *subsónicas* (frecuencias que están por debajo del umbral de la audición) o *supersónicas* (por encima del umbral de la audición), no quiere decir que por que no las oímos no existan, de hecho hacen que nuestro cuerpo vibre de diferentes maneras.

Cada órgano que compone nuestro cuerpo vibra a una frecuencia determinada y es por ello que hay sonidos que nos estremecen y otros que nos relajan.

[1]"Que los beneficios de la música siguen siendo sorprendentes, lo comprobó con creces el músico y bioenergético francés Fabien Maman con la colaboración de la bióloga Helene Grimaud, cuando, al exponer células de la sangre a ciertas frecuencias sonoras, encontró que éstas alteraban su color y forma. Incluso, pudo observar que aplicando determinadas frecuencias —diferentes para cada individuo— sobre células cancerígenas, éstas tendían a desintegrarse. Dicha experiencia quedó documentada en las increíbles fotografías registradas en su libro 'El rol de la música en el siglo XXI'". *"Este hallazgo pone de manifiesto que la vibración del sonido desempeña un papel determinante en la transformación de la estructura celular, ya que actúa directamente en el ámbito más sutil del organismo humano"*, afirmó en ese momento sobre sus investigaciones Maman, quien se basó en un principio que culturas milenarias como la tibetana tenían claro y es que cada célula y cada órgano del cuerpo está continuamente vibrando a una determinada frecuencia.

[1] Fragmento tomado de la página web http://www.revistavolarsatena.com/sentirsebien/sentirsebien/vibrar-en-la-frecuencia-correcta-282 escrito por Patricia Macaya Lambraño.

Cuando un órgano se encuentra sano, su frecuencia vibratoria se halla en armonía con el resto del cuerpo, pero cuando esta frecuencia se altera, se rompe esta armonía y aparece lo que conocemos como enfermedad."

Es así como desde los *Viajes sonoros* podemos sentir nuestro cuerpo vibrando de diferentes maneras y ayudando a corregir ciertas células que estén vibrando fuera de sintonía.

Se puede deducir entonces que el *Viaje sonoro* es una experiencia única en donde se puede llegar a un profunda meditación y sus efectos pueden seguirse notando después de varios días de haberlo presenciado.

Es impresionante como un proyecto que nació para ayudar a la gente a buscar un momento de relajación y bienestar se ha convertido en casi una terapia para muchos. Son innumerables los casos de personas que se acercan con nosotros a compartirnos alguna situación kinestésica o visualización que tuvieron durante el Viaje sonoro y que a raíz de esto se dan cuenta de algunos procesos pendientes por resolver. Cuando llega a suceder esto, generalmente lo que hacemos es referirlos con algún especialista si se trata de algún dolor crónico, algún proceso de duelo no manejado, entre algunas otras experiencias que nos han compartido.

Exponemos a continuación el punto de vista de tres personas que nos han acompañado en más de una ocasión a estos Viajes sonoros.

"Así como afinamos un instrumento o un carro, creo que nuestra energía, que responde a cualquier vibración externa, puede afinarse y regresar a su centro y bienestar por medio de la música. Me encantó, me sentí relajado y conectado con mi paz interior", Mario Treviño.

"El Viaje sonoro en mi experiencia es: la forma más sutil y hermosa de contactar con cada célula de mi cuerpo, es el orgasmo celular, corporal y energético que nutre y alimenta a todo mi ser; esta experiencia es la manifestación tangible de un viaje astral, de un viaje emocional, de un viaje alucinógeno pero libre de consecuencias negativas; es la experiencia de salud física y energética más bella que haya experimentado", Francisco Villalva.

"El Viaje sonoro para mí fue un experiencia única, es impresionante cómo la vibración de diferentes instrumentos y voces

van produciendo ciertas reacciones en mi cuerpo desde el cambio de mi respiración hasta movimientos pequeños y bruscos provocados por las diferentes alturas de los sonidos, texturas y densidades de cada uno de ellos. Podría compararlo, por así decirlo, con un masaje para mi cuerpo, maravilloso y sensitivo que no sólo lo toca y relaja sino que también llega a mi alma y mente. En mi caso, cuando tuve la primer experiencia de estos viajes sonoros, la vibración duró alrededor de dos horas después de haber terminado la sesión", Nancy López.

Dentro de las observaciones que nos han hecho, nos preguntan si esto es musicoterapia. El Viaje Sonoro podría entrar perfectamente dentro de las técnicas receptivas de la musicoterapia que en artículos anteriores describimos. Sin embargo, cabe recordar que como cualquier proceso terapéutico, para considerarlo como una terapia como tal, necesitarían ser varias las sesiones ya sean grupales o individuales vividas a cargo de un especialista en este caso un musicoterapeuta calificado.

Nos gustaría terminar este artículo invitando a todos aquellos interesados en vivir un Viaje Sonoro a que nos escriban a nuestro correo para preguntar por próximos eventos.

Ing. Andrés Gutiérrez Manrique: angutiman@gmail.com
M.MT Cristina Quintanilla Cisneros: cristinaqc@yahoo.com