

---

# Biomúsica

## Comunicarse con el sonido interior

Dr. Aitor Loroño  
Médico Homeópata, Musicoterapeuta,  
Director del Master de Musicoterapia de Bilbao  
y de la revista "Música, Terapia y Comunicación"

En la revista MTC nº 20 correspondiente a las primeras Jornadas de Verano que organizó el CIM, escribía el contexto teórico en el que me fundamentaba sobre los diferentes elementos que convergen a lo que finalmente defino como Biomúsica. En este artículo simplemente voy a resumir la temática que desarrollamos en los Encuentros de Biomúsica, para que el lector pueda hacerse un pequeño mapa de lo que luego va a poder vivir en este viaje por las estaciones.

Definimos **Biomúsica** a los cambios, tanto fisiológicos como psicológicos, que se producen en las personas cuando reaccionan ante las diferentes músicas o sonidos.

En la relación sonido-ser humano, podemos estudiar el proceso paralelo que existe entre nuestro desarrollo emocional como personas y nuestro archivo sonoro-musical. Basándonos en las diferentes teorías de los elementos, buscamos llegar a un equilibrio entre los diferentes centros, vital, emocional y racional en todas las estaciones de nuestra vida.

En los últimos décadas hemos asistido a un gran desarrollo de la Musicoterapia como un modelo psicoterapéutico que tiene como objetivo la apertura de los canales de comunicación en un proceso vincular entre el paciente y el terapeuta. Así mismo se han desarrollado diferentes especialida-

---

des dentro de la Musicoterapia que poco a poco van especializando al musicoterapeuta, con diferentes técnicas dirigidas a diferentes patologías.

La parte positiva de este desarrollo es que poco a poco se va extendiendo la musicoterapia en los diferentes centros de salud y podemos llegar a muchos más pacientes, lo que significa que el sistema sanitario va aceptando a esta nueva terapia.

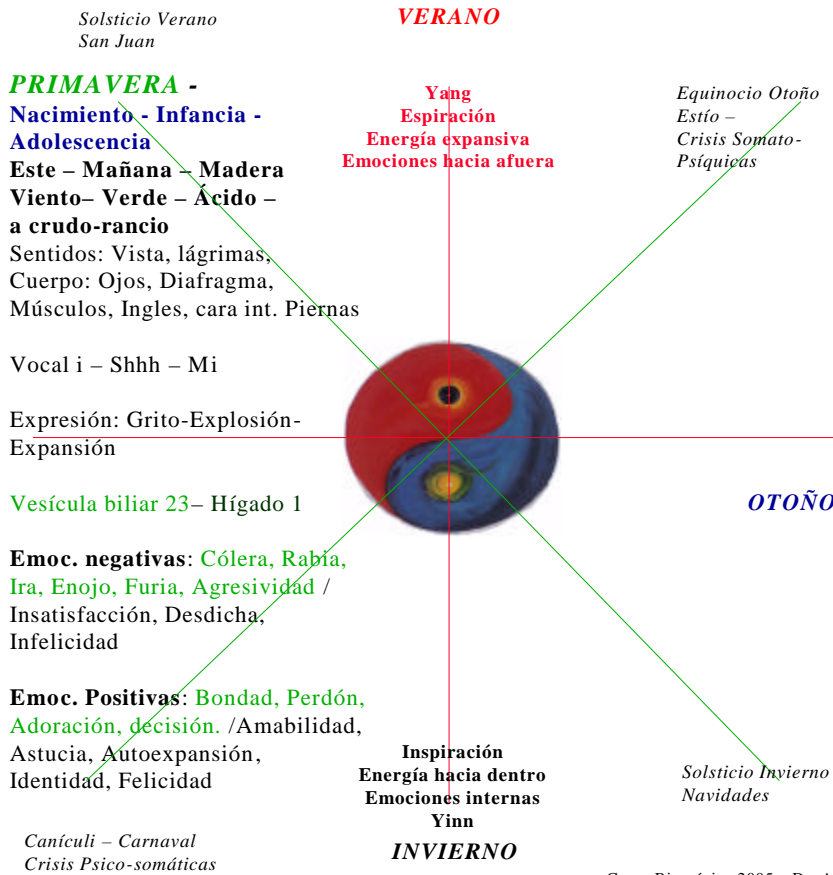
Esto nos puede llevar una vez más a que el síntoma, el diagnóstico, el tratamiento especializado nos haga perder la visión global de la salud de la persona. Cuando una persona comunica, nos comunica con su gesto, con su música, con su energía, es decir, no solamente tenemos que valorar su capacidad comunicativa, sino que debemos ir más allá. La globalidad de la persona es una manifestación de la armonía en sus tres centros energéticos que son el vital, emocional y racional-espiritual y la enfermedad es esta falta de armonía.

La música como lenguaje analógico conecta principalmente con nuestros sentimientos y crea nuestro mapa emocional. La música es uno de los vehículos a través de los que se expresa nuestro subconsciente y moviliza el archivo de nuestra inteligencia emocional. Pero la música también puede influir en nuestra salud vital y racional.

Para comprender esta relación global he desarrollado la Biomúsica como una metodología de trabajo que relaciona los conceptos de medicina tradicional china con las diferentes técnicas de musicoterapia, desde una visión Holística de los conceptos de salud y curación.

Este proceso consiste en un ciclo de cuatro encuentros, en las diferentes estaciones del año, y experimentar la relación existente entre la energía de la naturaleza, sus elementos, nuestra respiración, la relación con nuestros órganos vitales, los sentimientos y emociones, tanto positivas como negativas, nuestra forma de expresión y comunicación, siguiendo la energía predominante de cada estación. Y durante estos cuatro encuentros vamos a vivir cual ha sido nuestro proceso en nuestro crecimiento y desarrollo de nuestra constitución de la personalidad.

# ESQUEMA ANALÓGICO DE LA PRIMAVERA



Curso Biomúsica 2005 - Dr. Attor Loroño

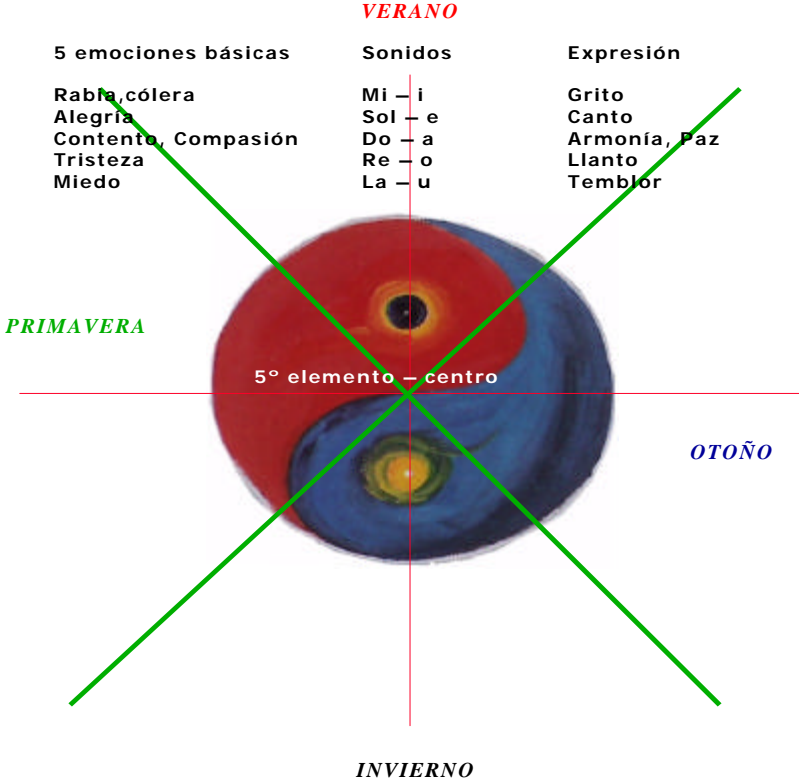
Por ejemplo, relacionar el miedo con las enfermedades del riñón y nuestra sexualidad; la relación entre el azúcar; nuestras carencias afectivas y la diabetes; la falta de autoestima y la depresión; o la rabia y nuestras dolencias de vesícula.

Relacionar nuestro proceso de crecimiento y evolución con la relación afectiva que hemos tenido con nuestra madre, padre, escuela y sociedad.

La música será el elemento básico para sentir el cambio e intensidad de nuestras emociones que a través de dinámicas rítmicas de tambores, cantos,

vocalizaciones, expresión, movimiento, gesto, sonidos curativos, meditaciones y relajaciones sonoras, etc... producirán el cambio en nuestro interior y armonizarán nuestros tres centros energéticos: Vital, Emocional y Racional.

Todas estas dinámicas prácticas están basadas en las diferentes tradiciones socio-culturales que han desarrollado técnicas para el proceso de desarrollo humano.



Curso Biomúsica 2005 - Dr. Attor Loroño

En cada encuentro trabajaremos la energía impulsiva de la estación (Primavera-Cólera, Verano-Alegría, Otoño-Tristeza, Invierno-Miedo) aprendiendo el camino natural y saludable a cada manifestación.

---

El esquema de trabajo se basa en transformar la espiral de la Salud EMOCIONAL:



Estado emocional —> Ritmo - Movimiento - Música —> Cambio fisiología —> Cambio Emoción —> Nuevo estado .....

## TEMÁTICA DE CADA ENCUENTRO

Biomúsica 1 - PRIMAVERA -  
«La naturaleza del sonido»

Ritmo y Vitalidad / Catarsis y trance

Corresponde a la etapa de nacimiento y crecimiento. La energía vital es ascendente e inagotable, es la fuerza de la juventud en busca de una identidad de independencia que se manifiesta con rabia. El ritmo y movimiento son el motor de la transformación para expresar la cólera a través del grito, recuperar la energía vital, alcanzar la catarsis y trance cinético.

En la música debe predominar los ritmos repetitivos, que inducen a un

---

trabajo corporal que genere movimiento para energizar el centro vital. Se utilizan músicas de tradiciones rituales ( Gnawa, Sufí ) para inducir un estado modificado de conciencia a través del movimiento. Desarrollamos nuestra capacidad rítmica a través de los instrumentos de percusión.

### Biomúsica 2 - VERANO -

«El color de la Música»

#### Melodía y Emoción / Los sentimientos y su comunicación

Corresponde a la edad adulta en el desarrollo humano, es la victoria de la independencia personal camino de la interdependencia social. Las manifestaciones energéticas son expansivas y las expresamos por medio del canto, la risa, la danza, sentir las emociones, con-tacto, afinar el cuerpo y la comunicación hacia el otro.

En la música debe predominar la melodía, como lenguaje de comunicación de los sentimientos y estados de ánimo. Transformamos el ritmo en canción, comunicación emocional para despertar nuestro corazón. Utilizaremos instrumentos melódicos y la voz.

### Biomúsica3 - OTOÑO

«El arte de la escucha»

#### Armonía y Escucha / La razón y su integración

Corresponde a la interiorización de las emociones, ya pasado por la época del estío que representa la madurez, sabiduría y compasión. La emoción la expresamos por medio del llanto, el lloro, el duelo y cultivaremos la tolerancia y la autoestima a través de la Meditación, escuchar al otro, escucharse a sí mismo, integrar nuestro sonido interno.

La música clásica y las músicas para la meditación ( sonidos de gongs, cuencos de cuarzo, mantras ) son los que nos ayudarán en el camino del desapego y armonía interior.

---

## Biomúsica 4 - INVIERNO

«Una sensación de paz»

### Silencio y Espiritualidad / Transcender y Extasis

El invierno representa la muerte y el nacimiento, como cambio y transformación personal. Transcenderemos el miedo y la ansiedad en el silencio y la paz.

Musicalmente asistiremos a nuestro propio duelo para alcanzar la disolución de nuestro yo a través del silencio, como sonido interior.

Los encuentros de BIOMÚSICA están dirigidos a todas aquellas personas que quieran realizar un proceso personal y grupal en la ampliación de sus recursos de comunicación, por medio de los efectos sanadores que tienen los sonidos y la música.

Cada uno de los encuentros de Biomusica son un espacio y tiempo dedicados a uno mismo. Es una meditación sonora que busca del silencio de nuestro espíritu.

Como persona y profesional, nos ayudará a comprender y ser más eficaces en la relación terapéutica que desarrollaremos como musicoterapeutas. En los grupos de Biomúsica, realizamos este viaje por el interior de nosotros y poder expresar toda nuestra inteligencia emocional.

En conclusión, es una experiencia única que nos enseña a aprender a comprender, a sentirnos en cada situación cotidiana desde una armonía integral y global. Es vivir nuestra experiencia personal y profesional presente y futura de forma sana y feliz.

???